संत श्री आसारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

॥ ऋषि प्रसाद ॥

हिन्दी

वर्ष : १२
अंक : ११३
मई २००२
वैशाख मास
विक्रम.सं. २०५९

६१वीं वर्षगाँठ

युग प्रवर्त्तक संत

सिद्धावस्था में
आत्मानंद की मस्ती

अवतरण दिवस
२ मई २००२

परिव्रज्या व
एकांतसेवन

विलक्षण साधनावस्था

देदीप्यमान बाल्यावस्था

शैशव

वर्षों बाद पूज्य बापूजी के सत्संग-दर्शन से आध्यात्मिक प्यास बुझाते हुए कोलकातावासी ।

लगा भक्ति का रंग सबको, भक्त रह गये दंग । जब रंग लाई पूना में होली बापूजी के संग ॥

॥ ऋषि प्रसाद ॥

वर्ष : १२
अंक : ११३
९ मई २००२
वैशाख मास, विक्रम संवत् २०५९

सम्पादक : कौशिक वाणी
सहसम्पादक : प्रे. खो. मकवाणा
मूल्य : रु. ६-००

सदस्यता शुल्क

भारत में
(१) वार्षिक : रु. ५०/-
(२) पंचवार्षिक : रु. २००/-
(३) आजीवन : रु. ५००/-

नेपाल, भूटान व पाकिस्तान में
(१) वार्षिक : रु. ७५/-
(२) पंचवार्षिक : रु. ३००/-
(३) आजीवन : रु. ७५०/-

विदेशों में
(१) वार्षिक : US $ 20
(२) पंचवार्षिक : US $ 80
(३) आजीवन : US $ 200

कार्यालय
'ऋषि प्रसाद'
श्री योग वेदान्त सेवा समिति
संत श्री आसारामजी आश्रम
साबरमती, अमदावाद-३८०००५.
फोन : (०७९) ७५०५०१०, ७५०५०११.
e-mail : ashramamd@ashram.org
web-site : www.ashram.org

प्रकाशक और मुद्रक : कौशिक वाणी
श्री योग वेदान्त सेवा समिति,
संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा, साबरमती, अमदावाद-३८०००५ ने पारिजात प्रिन्टरी, राणीप, अमदावाद एवं विनय प्रिन्टिंग प्रेस, अमदावाद में छपाकर प्रकाशित किया।

Subject to Ahmedabad Jurisdiction

अनुक्रम

पूज्यश्री के दर्शन-सत्संग

SONY चैनल पर 'संत आसारामवाणी' सोमवार से शुक्रवार सुबह ७.३० से ८ एवं शनिवार और रविवार सुबह ७.०० से ७.३०
संस्कार चैनल पर 'परम पूज्य लोकसंत श्री आसारामजी बापू की अमृतवर्षा' रोज दोप. २.०० से २.३० एवं रात्रि १०.०० से १०.३०

'ऋषि प्रसाद' के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्र-व्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक और स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें।

युवाधन सुरक्षा अभियान

भारतीय परिवेश से निकलकर चकाचौंध में मस्त हैं युवाजन,
पाश्चात्य संस्कृति के आकर्षण से त्रस्त हैं युवाजन।
इस आकुलता को समेटता हुआ 'युवाधन सुरक्षा अभियान',
सुरक्षा अभियान की तीव्रगति से बढ़ती हुई यह प्रबलधारा।
आन्दोलित करेगी युवातनों को, मनों को उमड़ती हुई शीतल धारा,
अमृतवाणी पूज्य बापू की भरती है इसमें मधुरता अविरल।
जागो, उठो वीरवर जगा लो प्रेम उस असीम सत्ता से प्रतिपल,
अन्धानुकरण उस पाश्चात्य जीवन का जो स्वयं है दिशाहीन।
कैसे कर सकेगा तुम्हारा कल्याण जो स्वयं है पथविहीन,
'युवाधन सुरक्षा अभियान' के इस पावन प्रकाश में।
प्रज्वलित कर लो मन के दीप इस उज्ज्वल आकाश में,
हो जायेगा पल्लवित यह तुम्हारा शुष्कता से भरा लौकिक उपवन।
अन्तस में उद्दीप्त हो जायेगा परम ज्ञान का अलौकिक स्पन्दन !

- गिरीश चन्द्र दीक्षित, आगरा।

*

गुरु की महिमा

हर युग की हर सदी के माँहिं। गुरु की महिमा सबने गाई ॥
सुनहिं सदा मन मति चित लाई। होय तुरत सब काज सुहाई ॥
धर्म ग्रंथ सब कहें सदाई । गुरु ही ईश गुरु सुखदाई ॥
शुक सनकादि नारद गाई । जदपि न बरणी जाय बड़ाई ॥
राम कृष्ण दोनों ने ध्याई । गुरु की छवि सदा मन माँहिं ॥
गुरुस्वभाव सतत उपकारी । मंगल करत सकल दुःखहारी ॥
गुरु सब भाँति रक्षा करहिं । मिटे शोक, संकट सब जरहिं ॥
भक्त बने जब गुरु अनुकूला । तिन्हके रहहिं न सपनेहुँ शूला ॥
विघ्नविनाशक है गुरु का नाम। नित्य आनंद परम है सुखधाम ॥
दया, क्षमा की गुरुवर खान । शौनकादि ऋषि करे बखान ॥

आत्म-साक्षात्कार का अधिकारी कौन ?

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

'श्रीमद्भगवद्गीता' के १८वें अध्याय के ५३वें श्लोक में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं :

अहंकारं बलं दर्पं कामं क्रोधं परिग्रहम्।
विमुच्य निर्ममः शान्तो ब्रह्मभूयाय कल्पते ॥

'अहंकार, बल, घमण्ड, काम, क्रोध और परिग्रह का त्याग करके निरंतर ध्यानयोग के परायण रहनेवाला, ममतारहित और शांतियुक्त पुरुष सच्चिदानंदघन ब्रह्म में अभिन्नभाव से स्थित होने का पात्र होता है।'

आत्म-साक्षात्कार का अधिकारी होने के लिए साधक को उपरोक्त सद्गुण अपने में लाने चाहिए और सद्गुण लाने के लिए थोड़ा एकांत में जाना चाहिए।

अहंकार, दर्प आदि हमें परमात्मा से दूर कर देते हैं, आत्मशांति से दूर कर देते हैं। एकांत में अहंकार, काम-क्रोधादिक भी कम सताते हैं क्योंकि अहंकार आदि दूसरे के सामने होते हैं। अकेलेपन में अहंकार आदि ज्यादा नहीं सताते।

हम जब अंतर्मुख होते हैं, मौन होते हैं, एकांत में होते हैं तब मानसिक शक्तियों का विकास होता है और आत्मशांति की झलकें आती हैं। जीवन में कामनाओं का त्याग, अहंकार, बल, दर्प, काम, क्रोध तथा परिग्रह का त्याग और सरलता, सहजता, मौन, एकांतवास व आत्मविश्लेषण साधक को

ऊपर उठाते हैं।

आत्म-साक्षात्कार का अधिकारी होने के लिए ये सद्गुण अपने में जोड़ने होंगे और इन सद्गुणों को जोड़ने के लिए जहाँ दुर्गुणों का बाजार लगा है, वहाँसे अपने को अलग ले जाना पड़ेगा, थोड़ा एकांत में ले जाना होगा।

एकांत में जाने के लिए कलियुग के लोगों के शरीर की ऐसी क्षमता नहीं है कि वे सब छोड़कर हिमालय चले जायें... वातावरण ऐसा है, आंदोलन ऐसे हैं कि कुछ-न-कुछ विकार घेर लेते हैं, कोई-न-कोई कामना घेर लेती है और कामना के अनुसार नहीं होता है तो क्रोध घेर लेता है।

किसीमें धन का बल, यश का बल या विद्या आदि का बल आ जाता है तो भी अहंकार हो जाता है। तुम्हारे पास बल तो है लेकिन वह बल यदि निर्बलों की रक्षा करने के काम नहीं आता तो किस काम का ? तुम्हारे पास संपत्तिरूपी धन हो, विद्या का धन हो, ज्ञान का धन हो, सेवा का धन हो किंतु वह धन यदि किसीके काम नहीं आता तो धन होते हुए भी तुम निर्धन हो। तुम्हारे पास भक्ति, योग तथा ज्ञान है और वह किसीके काम नहीं आता है तो वह नहीं के बराबर है। तुम्हारे जीवन में जो भी श्रेय है, जो भी अच्छा है, वह बाँटने के लिए है, रखने के लिए नहीं और मजे की बात यह है कि बाँटने से वह खर्च नहीं होता बल्कि बढ़ता है। जैसे कुएँ में से जितना पानी निकालो उतना पुनः भरता जाता है, ऐसे ही तुम परोपकार में जितना अपना श्रेय लगाते हो उतना ही श्रेय बढ़ता जाता है। संत श्री तुलसीदासजी कहते हैं :

रामनाम के कारणे सब धन दीन्हो खोय।
मूरख जाने घटि गयो दिन दिन दूनो होय॥

जैसे - गंगा बहती जा रही है... गंगा ऐसा नहीं सोचती है कि मैं गाय को शीतल जल दूँ और शेर पीने के लिए आये तो उसको विष पिला दूँ। गंगा का तो अपना स्वभाव है कि जो भी आ जाय उसे शीतल जल देना... कोई नहाता है तो नहा ले और कोई थूकता है तो थूक ले... इससे गंगा को कोई फर्क नहीं पड़ता है। वह तो कलकल-छलछल करती हुई बहती रहती है और उसमें शुद्ध, ताजा और बिल्लौरी काँच जैसा स्वच्छ जल आता रहता है।

सुनी है एक कहानी : एक बार नदी और तालाब के बीच बातचीत हुई। तालाब ने नदी से कहा :

''अरे पगली ! तू कहाँ भागी जा रही है ? तेरे पास इतना मधुर जल है, उसे सँभालकर रख। तू कुछ बन जा। समुद्र को पानी देती है तो वह तुरंत उसे खारा कर देता है। तू व्यर्थ ठोकरें खाती है, टक्करें झेलती है। तू चुपचाप अपना जल एकत्रित कर।''

नदी ने कहा : ''यह नहीं हो सकता है। मेरा स्वभाव तो बहना है।''

कुछ दिन हुए। तालाब में पानी पड़ा रहा तो उसमें मच्छर होने लगे। मलेरिया फैलने लगा। पानी कम होने लगा तो मछलियाँ भी तड़प-तड़पकर मर गयीं। नगरपालिका ने पूरे नगर का कचरा उसमें डालकर तालाब भर दिया जबकि नदी तो बहती ही रही और बारिश उसके जल की पूर्ति करती रही।

ऐसे ही कोई चाहे कैसा भी हो, तू बरसता जा। तू गंगा को लक्ष्य में रख। जो देता है वह पाता है। जो रखता है वह खोता है। अहंकार रखना चाहता है और प्रेम देना चाहता है।

उस विराट में, उस अनंत में अथाह शक्ति है, अथाह सामर्थ्य है। तुम्हारे पास जो कुछ भी है लाख, करोड़, अरब... वह तो कुछ भी नहीं है। उससे भी ज्यादा जिनके पास था वे लोग सब छोड़कर चले गये। तुम्हारे पास जो अक्ल है वह तो कुछ भी नहीं है। उससे भी बढ़िया अक्ल जिनके पास थी वे भी चले गये और वास्तव में देखा जाय तो जो कुछ भी तुम्हारे पास है वह तुम्हारा नहीं, अनंत का है।

यह तो अहंकार कहता है कि 'मकान मेरा है, अक्ल मेरी है...' अरे, भैया ! जरा-सा बुखार आ जाता है तो तेरी अक्ल की शक्ल बदल जाती है। अक्ल तेरी नहीं है, पैसे तेरे नहीं हैं, सौंदर्य तेरा नहीं है...

रूप दि॒सी मगरूर न थी, ऐदो॒ हुस्न ते नाज़ न कर...

'अपने सौंदर्य को देखकर इतना गुमान न कर।' यह तो एक दिन मिट्टी में मिल जायेगा। अपने

धन पर भी इतना गुमान न कर क्योंकि या तो धन चला जायेगा या धनवाला चला जायेगा।

अहंकारं बलं दर्पं कामं क्रोधं परिग्रहम्।

परिग्रहम्... परिग्रह मत करो। केवल धन का परिग्रह नहीं, जो कुछ सुना है उसको भी भूल जाओ।

किसीने पूछा : ''बापूजी ! कथा भी भूल जायें ?''

हाँ, हाँ, जगत भूलने की अटकल आये तो कथा के शब्द भी भूल जाओ।

उसने फिर पूछा : ''स्वामीजी ! जब भूलना ही है तो सुने ही क्यों ?''

एक बार अमथा सेठ परिवारसहित यात्रा के लिए गये। साथ में रसोइया भी था। गंतव्य स्थान पर पहुँचकर उन्होंने रसोइये से कहा :

''देख, रोटी-सब्जी तो बनाना लेकिन चारों ओर सूखे बाँस का जंगल है। सँभलकर आग जलाना और सँभलकर आग बुझा देना।''

सेठ दर्शनीय स्थल देखने हेतु परिवारसहित निकल गये परन्तु रसोइया हाथ-पर-हाथ धरकर बैठ गया। दोपहर हुई। सेठ आये तथा रसोइये से बोले : ''लाओ, खाना।''

रसोइया : ''खाना तो बनाया ही नहीं है।''

सेठ : ''क्यों नहीं बनाया ?''

रसोइया : ''सेठजी ! आप ही तो कहकर गये थे कि आग जलाना, फिर सँभालकर बुझा देना। जब आग बुझानी ही है तो फिर जलानी ही क्यों ? इसलिए मैंने आग जलाई ही नहीं।''

जितना जलाना जरूरी है उतना बुझाना भी तो जरूरी है। ऐसे ही जितना भूलना जरूरी है उतना सुनना भी तो जरूरी है। सुने बिना तो तुम भूल भी नहीं सकोगे।

जगत को भूलने के लिए कथाएँ सुनो, कथाओं को भूलने के लिए सत्संग सुनो और सत्संग को भूलने के लिए तुम अपने-आपसे मिलो। तुम जब अपने-आपसे मिलोगे तब सत्संग भी भूल जाओगे। तुम जो बोलोगे वह सत्संग हो जायेगा। तुम जो देखोगे, छुओगे वह प्रसाद हो जायेगा। तुम जहाँ रहोगे वह भूमि तीर्थ हो जायेगी। तुम इतने बढ़िया हो। तुम ऐसे महान हो।

तुम थोड़ा-सा धन पाकर अपने को धनवान न मानो। तुम बिना धन के भी महान हो। बिना सत्ता के भी तुम महान हो। बिना परिवार के भी तुम महान हो। परिवार होने से तुम बड़े नहीं हो, धन होने से तुम बड़े नहीं हो, सत्ता होने से तुम बड़े नहीं हो... तुम्हारे पास कुछ भी नहीं हो फिर भी तुम बहुत बड़े हो। तुम अपने बड़प्पन को नहीं जानते इसलिए छोटी-छोटी बातों में उलझ जाते हो, खिन्न हो जाते हो।

किसीके घर में चोरी हो जाय तो भी कुछ बच जाता है किन्तु यदि आग लग जाय या बाढ़ में घर ढह जाय तो सब कुछ नष्ट हो जाता है। ऐसे ही काम, लोभ, मोह आदि तुम्हारे पुण्यों की, तुम्हारी शांति की थोड़ी-थोड़ी चोरी करते हैं लेकिन जब क्रोध आता है तो तुम्हारे सारे पुण्यों को स्वाहा कर देता है। एक महीने का किया हुआ जप, तप, सेवा, स्मरण का पुण्य एक बार क्रोध का झटका आने से नष्ट हो जाता है।

कई लोग बीस-बीस साल से सतत जप करते हैं, सब प्रकार की विधिसहित साधना करते हैं फिर भी उनके जीवन में जो उन्नति दिखनी चाहिए, वह नहीं दिखती तो उसका एक ही कारण है कि वे क्रोध करके अपनी साधना नष्ट कर देते हैं।

कबीरदासजी कहते हैं :

काम न क्रोध न लोभ कछु एकल भला अनीह।
साधक ऐसा चाहिए जैसे बन का सिंह॥

तुम अकेले रहने का अभ्यास करो। तुम किसीके नहीं हो तो कोई बात नहीं, कम-से-कम तुम अपने-आपके तो हो जाओ। दिन में एकाध घंटा अपने-आपमें बैठो। दूसरे मरनेवालों के साथ तो जीवनभर बैठे हो। जो तुम्हारा साथ छोड़ देंगे उन साथियों के साथ तो तुमने पूरी जिंदगी गँवा दी, काफी उम्र तुमने दाँव पर लगा दी। अब एक घड़ी अपने-आपके साथ, अपने परमेश्वर के साथ बैठने हेतु तो दाँव पर लगा कर देखो।

तुम अकेले एकांत में बैठने का अभ्यास करके तो देखो। भले ही तुम एक घड़ी आधी घड़ी आधी

में पुनि आध तक ही बैठो । दृढ़ नियम-निष्ठा से बैठो अपने सोऽहं स्वभाव की स्मृति में... अपने-आप में... निस्संग...

साधु कहाँ बैठा है ?

साधु आत्मा में बैठा है । तुम आत्मा में बैठोगे तभी समझना कि साधु के साथ बैठे हो । नहीं तो साधु के आश्रम में बैठकर रोटी खाकर भी तुम लड़ाई कर सकते हो ।

हठ से रोटी न खाने से क्रोध जाता नहीं है बल्कि क्रोध बढ़ता है, उद्वेग बढ़ता है, अशांति बढ़ती है । रोटी खाने से शांति नहीं मिलती, फल खाने से शांति नहीं मिलती लेकिन गम खाने से शांति मिलती है । गम तो खाना नहीं है बाकी का सब खाना है तो काम बनेगा नहीं । दूसरों को कोसना भी छोड़ो और अपने को कोसना भी छोड़ो ।

ब्रह्मज्ञान की बात कोई सुना दे यह अलग बात है किन्तु ब्रह्मज्ञान का अधिकारी आदमी तब होता है, जब उसमें ये सद्‌गुण आते हैं :

'अहंकार, बल, घमण्ड, काम, क्रोध और परिग्रह का त्याग करके निरंतर ध्यानयोग के परायण रहनेवाला, ममतारहित और शांतियुक्त पुरुष सच्चिदानंदघन ब्रह्म में अभिन्न भाव से स्थित होने का पात्र होता है ।'

जैसे, तिनकों को गंगा बहाकर ले जाती है, ऐसे ही तुम्हें जीवन की परिस्थितियाँ बहाकर ले जायेंगी... कभी यश बहाकर ले जायेगा, कभी अपयश बहाकर ले जायेगा । कभी काम बहाकर ले जायेगा, कभी क्रोध बहाकर ले जायेगा । कभी मोह बहाकर ले जायेगा, कभी लोभ बहाकर ले जायेगा । इन विकारों का चंगुल तब तक बना ही रहेगा, जब तक तुम गुरु के वचनों को सुनने के अधिकारी नहीं बनोगे और सुनने का अधिकारी वही है जो सुनकर फिर उन वचनों को आदरसहित जीवन में लाने की कोशिश करे ।

एक संकल्प जब दूसरे संकल्प से विपरीत होता है तब दुःख होता है । संकल्प के अनुसार जब हमारा जीवन चलता है अथवा हम संकल्पों की दुनिया को समझते हैं तब दुःख नहीं होता । एक बात और है कि जब हम जगत को मिथ्या मान लेते हैं तब संकल्प के अनुसार घटे तो भी क्या और नहीं घटे तो भी क्या ? सब सपना है ।

जब तुम नौकरी पर जाते हो तो सैर का मजा चला जाता है । कोई घूमने के लिए हवाई जहाज में पहली बार जाता है तो जाने के महीनेभर पहले से मन में उत्साह रहता है और घूमकर आता है तब भी छाती फुलाकर सबसे बात करता है । कहने के पीछे हवाई जहाज का सुख नहीं, अपना उत्साह होता है । हवाई जहाज की परिचारिकाओं को ऐसा नहीं होता कि 'हम अमेरिका घूमकर आये ।'

मजा या सजा, सुख या दुःख परिस्थितियों पर निर्भर नहीं है । अपने चित्त की कल्पना जिस समय जैसी होती है उस समय वैसा ही भासता है । इसलिए ऋषियों ने बाहर की वस्तुओं को बदलने की ज्यादा खटपट नहीं की ।

चित्त की वृत्तियों को दृष्टाभाव से देखो और चित्त की वृत्तियों को ऐसे बदलो जिससे वे तुम पर राज्य न करें, तुम पर प्रभाव न डालें तो यह साधना हो गयी । तुम केवल वृत्तियों को देखते जाओ, फिर वृत्तियाँ तुम्हारे नियंत्रण में आ जायेंगी ।

दूसरों को अपने बल से शोषित करने से अपने अहंकार का पोषण होता है, वह बल साधक का नहीं है । वह तो मूर्खों का बल है, वह शोषकों का बल है, पामरों का बल है । ऐसे लोग जीवनभर जीतने का दाँव लगाते हैं और अंत में हारकर चले जाते हैं ।

पामरों-भोगियों के बल से साधक का बल निराला होता है । साधक अहंकार के सर्जन का बल छोड़ देता है तभी वह ब्रह्मज्ञान का अधिकारी होता है । साधक को चाहिए कि बल छोड़ दे, दर्प छोड़ दे, काम छोड़ दे । काम का अर्थ केवल 'सेक्स' ही नहीं है । काम का अर्थ है कामनाएँ... 'इस लोक से लेकर ब्रह्मलोक तक की चीजें अंत में बिछुड़ जायेंगी । अतः मिल भी गयीं तो क्या ?' इस प्रकार का विवेक अंदर में वैराग्य प्राप्त कराता है । साधक के अंदर वैराग्य होने पर कामनाएँ ज्यादा पनपती नहीं हैं । जब कामनाएँ पनपती नहीं हैं तब चित्त के संकल्प कम हो जाते हैं और संकल्प कम होते ही आत्मशांति मिलती है ।

चित्त और अहंकार दो चीजें नहीं हैं। जैसे बरफ और उसकी ठंड एक ही है, ऐसे ही चित्त और अहंकार एक ही चीज है, स्पंदन और अहंकार एक ही चीज है। अब आप स्पंदन में जो-जो आरोप करो... धन का आरोप करो तो धन का अहंकार, सौंदर्य का आरोप करो तो सौंदर्य का अहंकार, विद्वत्ता का आरोप करो तो विद्वत्ता का अहंकार होगा। होता आरोप स्पंदन में ही है और अगर उस आरोप का अपवाद करने की कला आ जाय तो व्यक्ति को सत्य को उपलब्ध होने में ज्यादा मेहनत नहीं करनी पड़ेगी। जीव को यदि संसार के आकर्षणों से विमोहित नहीं किया जाय, यदि संसार के आकर्षण के संस्कार न डालें जायें तो उसको आत्म-साक्षात्कार के लिए ज्यादा मेहनत की जरूरत नहीं पड़ेगी।

परमात्मा सबमें हैं।

मनु महाराज अपनी पत्नी के साथ **ईशा वास्यमिदं सर्वम्–** मंत्रजाप कर रहे थे। उनका भाव था कि परमात्मा सर्वत्र है और सबमें छुपा हुआ है। वह सूक्ष्म से भी सूक्ष्म है और महान से भी महान है। वह अणु से भी अणु है अतः, चींटी के अंदर भी उसकी चेतना है और वह महान से भी महान है अतः, सारा ब्रह्मांड उसमें समाया हुआ है।

एकान्त अरण्य में रात्रि के समय जब मनु महाराज 'ईशावास्य उपनिषद्' के इस मंत्र **ईशा वास्यमिदं सर्वम्** का जप कर रहे थे, तब भयंकर निशाचर उनको अपना आहार बनाने के उद्देश्य से वहाँ आये। मनु महाराज ने उन्हें देखा किन्तु उनका दृढ़ संकल्प था कि परमात्मा सबमें हैं और सब परमात्मा में हैं अतः, वे निर्भयता से जप करते रहे।

मनु महाराज की दृढ़ भावना देखकर अव्यक्त ईश्वर को व्यक्त होना पड़ा। भगवान ने प्रगट होकर निशाचरों का नाश कर दिया और मनु महाराज को अभयदान देकर अंतर्धान हो गये।

अद्वैतज्ञान की महिमा

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

दुःख क्यों होता है ?

मानव की प्रज्ञा पूर्ण विकसित नहीं है तथा उसे आत्मज्ञान में रुचि नहीं है इसीलिए दुःख होता है। **यदि आत्मज्ञान में रुचि हो तो दुःख टिक नहीं सकता और अगर ज्ञान में रुचि न हो तो सुख टिक नहीं सकता।**

जिसको अज्ञान ने घेर रखा है वह कहीं-न-कहीं दुःख बना ही लेगा और जो ज्ञान से परितृप्त है वह चारों ओर दुःख होते हुए भी सुखी रहेगा। ज्ञान ऐसी चीज है।

हम अपने मन के अनुसार, अपनी कल्पना के अनुसार जगत को देखना चाहते हैं। कल्पना की इस दासता को मिटाने के लिए घर छोड़ना पड़े, नौकरी छोड़नी पड़े तो भी सब कुछ छोड़कर इस आत्मविद्या को पा लेना चाहिए। ज्ञान बेवकूफी छुड़ाता है और ब्रह्म-परमात्मा का सुख देता है। यह आत्म-साक्षात्कार का रास्ता है। ब्रह्मविद्या ब्रह्म-परमात्मा के पद पर प्रतिष्ठित कर देती है और चित्त की बेवकूफी छुड़ा देती है।

जगत में जो भी दुःख होते हैं सब चित्त की बेवकूफी के कारण होते हैं। जितनी बेवकूफी मजबूत उतना दुःख मजबूत, जितनी बेवकूफी कम उतना दुःख कम और बेवकूफी नहीं तो दुःख भी नहीं। तो कृपानाथ ! आप अपने ऊपर कृपा करना कि जब दुःख आये तो समझ लेना कि बेवकूफी के कारण

दुःख आया है।

ईश्वर तथा प्रकृति कुछ और चाहते हैं और आप कुछ और चाहते हैं... आप वस्तु, व्यक्ति, परिस्थितियों को पकड़े रखना चाहते हैं तभी आप दुःखी होते हैं। आप अपने को जानते नहीं हैं और पकड़ रखते हैं, इस बेवकूफी के कारण ही दुःख होता है। आप अपने को जानते नहीं हैं और कहते हैं कि 'यह मेरा सिद्धांत है।' फिर अपने सिद्धांत के विपरीत कुछ होता है तो दुःखी हो जाते हैं।

जिन्होंने अपने-आपको जान लिया है, ऐसे ही किन्हीं महापुरुष के वचन हैं :

देखा अपने आपको मेरा दिल दीवाना हो गया।
ना छेड़ो मुझे यारों मैं खुद पे मस्ताना हो गया॥

अपने-आप पर जो मस्ताना हो गया, अपने-आपको जिसने जान लिया उसे फिर दुनिया का कोई भी दुःख दुःखी नहीं कर सकता और कोई भी सुख सुखी नहीं कर सकता।

जब तक अपने-आपको नहीं जाना था, तब तक हम भी न जाने क्या-क्या सोचते थे! 'परमात्मा कहाँ होंगे ? कैसे होंगे ? ...तपस्या करेंगे, भगवान शिवजी आयेंगे और कहेंगे कि 'वरदान माँगो।' हम कहेंगे कि 'कुछ नहीं चाहिए।' शिवजी प्रसन्न हो जायेंगे और आलिंगन करेंगे, सिर पर हाथ रखेंगे...' आदि-आदि।

किंतु जब गुरु की कृपा हुई तब पता चला कि शिव भी हम हैं और काली भी हम हैं, राम भी हम हैं और रहमान भी हम हैं, श्रोता भी हम हैं और वक्ता भी हम हैं... केवल हम-ही-हम हैं गैर का नामोनिशान भी नहीं है।

कीड़ी में तू नानो लागे हाथी में तू मोटो क्यूँ ?
बन महावत ने माथे बैठो हाकणवालो तू को तू...

ऐसा आत्मज्ञान जिसको हो गया उसको दुःख कहाँ ? काल भी आ जाय तो काल की क्या ताकत ? 'काल में भी मेरा ही स्वरूप है।' ऐसा उसको बोध हो जाता है।

दुःख द्वैत में होता है, भय द्वैत में होता है, क्रोध दूसरे पर होता है, आकर्षण दूसरे से होता है। कितना भी भयानक आदमी हो, डरावना हो अपने-आपसे डरेगा क्या ? कितना भी सुंदर आदमी हो उसे अपने-आपसे कामवासना होगी क्या ? कितना भी आदमी खराब हो उसे अपने-आप पर क्रोध आयेगा क्या ? नहीं। अपने-आपसे कैसा भय ? अपने-आप पर कैसा क्रोध ? अपने-आपसे कैसा आकर्षण ?

जहाँ दूसरा दिखता है वहीं सब मुसीबतें आ जाती हैं। ऐसा कोई दुर्गुण नहीं है जो द्वैत की भावना से न आये और ऐसा कोई सद्गुण नहीं है जो अद्वैत की भावना से न खिले। ऐसा कोई आनंद और सामर्थ्य नहीं है जो अद्वैत की भावना से पैदा न हो।

लेकिन भेद ज्ञान के कारण, द्वैत के कारण हम अभेद ज्ञान से, अद्वैत ज्ञान से दूर चले गये। समाज में जब त्याग-वैराग्य की भावना थी, बुद्धि का विकास था, उस समय उपनिषदों के ज्ञान का प्रचार था। जब समाज से त्याग-वैराग्य और संयम छूटता गया, ब्रह्म को जाननेवाले महापुरुष कम होते गये और धन-धान्य को प्यार करनेवाले व्यक्ति बढ़ते गये, उनका प्रभाव बढ़ता गया, क्षुद्र वस्तुओं में उलझनेवाले व्यक्तियों का प्रभाव बढ़ता गया, भोग को ही सार माननेवाले भोगियों का प्रभाव बढ़ता गया तबसे सेवाधर्म का प्रचार-प्रसार हुआ।

'सेवा करेंगे तो हमें पुण्य मिलेगा... स्वर्ग का सुख मिलेगा...' ऐसा सोचकर सेवा करने से पुण्य तो होता है किन्तु जन्म-मरण का चक्र नहीं छूटता। इसीलिए ज्ञानवान महापुरुष कहते हैं कि किसीको वस्तुएँ देकर, किसीकी सुविधाएँ बढ़ाकर, किसीको सुख देकर किसीके अभावग्रस्त जीवन में सहायक होकर तुम अपने को कर्त्ता मत मानो। वरन् कर्त्ता-भर्ता श्रीहरि को मानकर तुम निष्काम हो जाओ।

निष्काम हो जाओगे तो स्वर्ग की वासना नहीं रहेगी। ईश्वर को प्रसन्न करने के लिए तुमने सेवाएँ कीं तो वासनाएँ नष्ट हो जायेंगी, अंतःकरण शुद्ध हो जायेगा, कल्मष क्षीण हो जायेंगे और तुम ज्ञान के अधिकारी बन जाओगे।

जो लोग सेवा तो करते हैं परन्तु वाहवाही नहीं चाहते, ईश्वर को ही चाहते हैं उनका अंतःकरण शुद्ध हो जाता है, कल्मष क्षीण होते जाते हैं और कल्मष क्षीण होते ही उनमें ब्रह्मविद्या को पाने की

प्यास जगती है।

जिसके कल्मष ज्यादा होते हैं उसको आत्मज्ञान पाने की रुचि नहीं होती और जबरन कोई सुनाये तो इस विद्या पर उसे विश्वास नहीं होता।

'मैं आत्मा हो सकता हूँ ? मैं अमर हो सकता हूँ ? मैं पहले आत्मा को देखूँगा फिर मानूँगा...'

'पहले तू आत्मा को देखेगा फिर मानेगा तो तू कौन है ?'

'मैं गोविंद भाई हूँ, पशा काका का भतीजा हूँ।' इस तरह की मान्यताओं में ऐसे लोग उलझे रहते हैं।

स्वल्पपुण्यवतां राजन् विश्वासो नैव जायते...

जिनके पुण्य कमजोर हैं वे सत्संग सुन भी नहीं सकते। कुछ पुण्य होंगे तब सत्संग सुन तो पायेंगे किन्तु सत्संग की बातों पर, ब्रह्मज्ञान की बातों पर उन्हें विश्वास नहीं होगा और यदि विश्वास होगा भी तो पुरानी मान्यता एक तरफ खींचेगी तथा आत्मज्ञान दूसरी तरफ खींचेगा। फिर वे जिसको मदद करेंगे उस ओर आगे बढ़ जायेंगे।

अगर दो-चार सामाजिक फर्ज एकसाथ निभाने को आ जायें तो पहले कौन-सा निभाना चाहिए ? इसका निर्णय करने में कई लोग फिसल जाते हैं। फिर वर्षों बीत जाते हैं तथा इन काल्पनिक फर्जों को निभाते-निभाते जीवन पूरा हो जाता है और मुख्य कर्त्तव्य रह ही जाता है।

वास्तविक जीवन जीने की आदत पड़ जाय तो काल्पनिक जीवन का प्रभाव ही न पड़े। किन्तु वास्तविक जीवन जीने की पद्धति ही नहीं जानते हैं इसीलिए काल्पनिक जीवन जीने का इतना प्रभाव है कि संसार के सिवा कुछ दिखता ही नहीं है।

संसारी जिसे दुःख मानते हैं वह तो दुःख है ही लेकिन अनजान लोग जिसको सुख मानते हैं वह भी दुःख से भरा है। सुख चला न जाय इस दुःख से भरा है। भोग भोगने के लिए भी भोग देना पड़ता है।

जिसको अंदर का सुख नहीं मिला वह बाहर के सुखों को टिकाने में ही जिंदगी पूरी कर देता है फिर भी सुख तो टिकता नहीं है और सुख को सँभालने की मजदूरी सिर पर आ पड़ती है। पति को रिझाओ, पत्नी को रिझाओ, साहब को रिझाओ, सेठ को रिझाओ, नेता को रिझाओ, जनता को रिझाओ... इन सबको रिझाने के पीछे माँग तो सुख की ही है और सुख तो टिकता नहीं है किन्तु रिझाने-रिझाने में ही जीवन पूरा हो जाता है।

परन्तु जो अपना मुख्य कर्त्तव्य निभा लेता है, अपने-आपमें आराम पा लेता है, अपने-आपको जान लेता है, वह किसीको रिझाने के चक्कर में नहीं पड़ता है बल्कि लोग उसको रिझाने के लिए उसके पीछे-पीछे फिरकर अपना भाग्य बना लेते हैं।

एक साधे सब सधे, सब साधे सब जाय।

एक मुख्य फर्ज (परमात्म-ज्ञान) को पा लिया तो बाकी के सब फर्ज पूरे हो जाते हैं।

आप अगर अध्यात्म-ज्ञान के रास्ते चलोगे तो दूसरों को मान देना, दूसरों का हित चाहना, दूसरों का भला चाहना - यह आपका स्वभाव हो जायेगा।

एक बार कोई केवल तीन मिनट के लिए भी अपने स्वरूप में जग जाय तो उसका तो बेड़ा पार हो ही जायेगा, उसका दर्शन करके यक्ष, गंधर्व, किन्नरादि भी अपना भाग्य बना लेंगे। ऐसा परमात्मा सबके हृदय में छुपा है फिर भी सब दुःखी हो रहे हैं...

वह परमात्मा दूर भी नहीं है और उसको पाना कठिन भी नहीं है केवल अपनी उलटी मान्यताएँ छोड़ते जायें और सही मान्यताएँ, वेद, उपनिषद् अथवा गीता के वचन और महापुरुषों के उपदेश को स्वीकार करते जायें। बेवकूफी के संस्कारों को छोड़ते जायें और वेदान्त के संस्कारों को प्रगट होने दें बस, बेड़ा पार हो जायेगा...

मानव का मन अकारण फालतू विचार करनेवाला कारखाना है। मन अकारण दुःख बना लेता है, अकारण कल्पना कर लेता है। जो-जो विचार व्यक्ति के मन में आते हैं उन्हें ईमानदारी से लिखता जाय तो उसे लगेगा कि 'लोग कहते हैं कि पागलखाना फलानी जगह है लेकिन पागलखाना तो मेरे ही पास है।'

एक बार पंडित जवाहरलाल नेहरू किसी

मानसिक चिकित्सालय में गये । वहाँ किसी पागल ने नेहरूजी से पूछा : ''तुम कौन हो ?''

नेहरूजी ने जरा मुस्कराते हुए कहा : ''मैं भारत का प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू हूँ।''

पागल ने कहा : ''मैं भी पहले ऐसा ही बोलता था। आप यहाँ भर्ती हो जाओ, ठीक हो जाओगे।''

तो ये पूरी दुनिया एक पागलखाना है । पागल की नजर में नेहरूजी कैसे दिखते हैं ? ऐसे ही संसारियों की नजर में ब्रह्मवेत्ता दिखते हैं। जैसे वह पागल नेहरूजी को अपनी पंक्ति में लाना चाहता था, वैसे ही हम लोग भी आत्मारामी महापुरुषों को अपनी तराजू में तौलना चाहते हैं और अपनी पंक्ति में लाना चाहते हैं।

एक बार भगवान बुद्ध अपने प्यारे शिष्य आनंद के साथ कहीं जा रहे थे । रास्ते में एक कुआँ था । एक आदमी पानी भरने के लिए बार-बार बालटी को कुएँ में डाल रहा था। बालटी छिद्रवाली थी। वह आदमी पानी भरने के बाद बालटी को ऊपर खींचता था लेकिन जब बालटी हाथ में आती थी खाली हो जाती थी। एक चुल्लू पानी भी उसके हाथ में नहीं आ पाता था। लगता तो ऐसा था कि कुएँ में कोई बड़ा काम चल रहा है, बड़ी प्रगति हो रही है परन्तु वह कमबख्त खुद भी प्यासा रहा और दूसरों को भी उसने प्यासा ही रखा।

करीब आधे घंटे तक बुद्ध वहाँ ठहरे, फिर आगे गये। थोड़ी दूर जाने पर उन्होंने आनंद से कहा :

''देखा ? वह आदमी क्या कर रहा था ? वह अभागा खुद भी नहीं पी पा रहा था और दूसरों को भी नहीं पिला पा रहा था । वह केवल अकेला ही ऐसा नहीं है। सारा संसार ऐसा ही है।

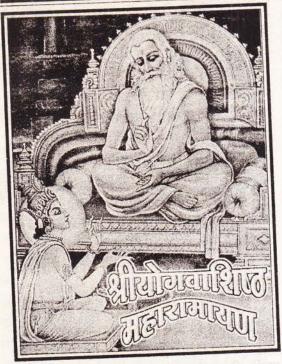
संसारी लोग भी बहुत परिश्रम करते हैं, शोर भी बहुत होता है, लगता है कि वे बहुत काम कर रहे हैं, बहुत प्रगति कर रहे हैं लेकिन वे अज्ञानी होकर जन्मे और अज्ञानी होकर ही मरेंगे। आत्मा का अमृत न वे खुद पी पाते हैं न किसीको पिला पाते हैं... उनकी भी हृदयरूपी बालटी खाली-की-खाली रह जाती है... हृदय आत्मरस से वंचित् ही रह जाता है।

अगर हृदय को आत्मरस से भरना है तो उपाय यही है कि संसार की चीजों को नश्वर मानकर अमर आत्मा से प्रीति कर लो। आत्मविचार को महत्त्व दो और उसे अपना बना लो। वेदान्त के अनुभवों को खूब प्यार करो और उसे अपना बना लो। फिर जैसे सूर्य अंधकार को खोजने जाय, रात्रि को खोजने जाय तो उसके लिए वह मुश्किल है, वैसे ही आपके लिए परेशानियों को खोजना मुश्किल हो जायेगा।

अगर आप परेशानी को खोजने जाओगे तो परेशानी-को-परेशानी हो जायेगी कि यह मेरे पीछे क्यों पड़ा है ? आपको आत्मज्ञान हो जाय फिर आप मुसीबत खोजो। लोग मुसीबत भेजेंगे अथवा आप पैदा भी कर लोगे तो मुसीबत-को-मुसीबत हो जायेगी कि 'मैं कौन-से घर में आ गयी ?' ऐसा है आत्मज्ञान ! ऐसी है ब्रह्मविद्या !

ब्रह्मज्ञानी आप भी निर्दुख है और औरों को भी निर्दुख करता है। जैसे पर्वत आप भी अडिग है तथा औरों को भी तरंगों की मार से बचाता है, ऐसे ही ज्ञानी भी अपने परमात्मस्वरूप में अडिग हैं और जो संसार की कल्पना की तरंगों की थपेड़ें खाकर थक-हारकर ज्ञानी के नजदीक आते हैं, उनको भी धीरज मिल जाती है, शांति मिल जाती है। लेकिन वे फिर उन्हीं तरंगों में दूर चले जाते हैं और जब थपेड़ें लगती हैं तब फिर पर्वत की ओर आते हैं। ऐसा करते-करते भी पर्वत पर ठहरने की आदत हो जाय तो बेड़ा पार हो जाय...

जीव का वास्तविक स्वरूप आत्मा है। गुरुकृपा से उस स्वरूप की प्राप्ति होती है। ऐसे ज्ञानवान के सम्पूर्ण कार्य कामना और संकल्परहित होते हैं। उसके सब कर्म ज्ञानाग्नि से दग्ध हो जाते हैं। जैसे सूर्यनारायण के उदय होने मात्र से जगत के कार्य अपने आप शुरू हो जाते हैं वैसे ही बोधवान पुरुष की उपस्थिति मात्र से जीवों के कल्याण-कार्य स्वतः होने लगते हैं। लोगों की दृष्टि में ज्ञानी बड़े-बड़े कार्य करता हुआ दिखेगा, लेकिन अपनी दृष्टि में वह कभी कुछ नहीं करता।

(आश्रम की पुस्तक 'सामर्थ्य स्रोत' से)

आचार का पालन

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

'श्रीयोगवाशिष्ठ महारामायण' में आता है : ''जिस पुरुष का यथाक्रम और यथाशास्त्र आचार व निश्चय है उसकी भोग की तृष्णा निवृत्त हो जाती है और उस पुरुष की महिमा का गान आकाश में विचरण करनेवाले सिद्धपुरुष भी करते हैं।''

मनुष्य यदि आचार-विचार का पालन करे तो अधिकतर बीमार ही न हो। आचार-विचार क्या है ?

शरीर जो कार्य करता है उसको 'आचार' कहते हैं और बुद्धि के कार्य को 'विचार' कहते हैं। न खाने जैसा खा लिया तो समझो, उलटा आचार किया और न सोचने जैसा सोचा तो समझो, उलटा विचार किया। अगर आचार-विचार दोनों ठीक हों तो मनुष्य सुखी हो जाता है।

'मैं बीमार हूँ... दवा असर करेगी कि नहीं ?' ऐसा सोचने से दवा क्या असर करेगी ? तुम्हारी भावना दृढ़ होनी चाहिए, मजबूत होनी चाहिए फिर दवाई तो क्या, मिट्टी भी दवाई का काम करेगी।

'मैं बीमार हूँ... मैं दुःखी हूँ... दुनिया में मेरा कोई नहीं है... क्या करूँ ?' ऐसा करके जो रोते हैं वे हीनभाव से रोते हैं। हीनभाववाले के दिल में ज्ञान की बात क्या बैठेगी ? श्रद्धा कैसे होगी ? रोने से दुःख मिट जाता है तो खूब रोओ।

लेकिन रोने से तुम्हारी आत्मशक्ति, रोगप्रतिकारक शक्ति क्षीण हो जाती है। फिर आशीर्वाद भी क्या करेगा ? ईश्वर उन्हींको मदद करते हैं जो अपनी मदद आप करते हैं।

हिंमते बंदा तो मददे खुदा।
बेहिंमत बंदा तो बेजार खुदा ॥

अतः सदैव आचार-विचार का पालन करना चाहिए। जो शास्त्रानुसार आचार-विचार का पालन करता है उसकी भोग की तृष्णा निवृत्त हो जाती है और जिसकी भोग की तृष्णा निवृत्त हो गयी उसे तन के रोग तो क्या मन के रोग भी नहीं सता सकते हैं। उसकी महिमा तो आकाशचारी सिद्ध तक गाते हैं। वह ऐसा महिमावान हो जाता है !

✻

धर्म का स्वरूप

हिमालय पर्वत पर शिवजी तपस्या कर रहे थे। उस समय पार्वती देवी ने उनके पास जाकर पूछा : ''भगवन् ! धर्म का क्या स्वरूप है ? जो धर्म को नहीं जानते ऐसे मनुष्य उसका किस प्रकार आचरण कर सकते हैं ?''

भगवान महेश्वर ने कहा : ''देवी ! किसी भी जीव की हिंसा न करना, सत्य बोलना, सब प्राणियों पर दया करना, मन और इन्द्रियों पर काबू रखना तथा अपनी शक्ति के अनुसार दान देना - यह गृहस्थ आश्रम का उत्तम धर्म है।

उक्त गृहस्थ धर्म का पालन करना, परायी स्त्री के संसर्ग से दूर रहना, धरोहर और स्त्री की रक्षा करना, बिना दिये किसीकी वस्तु न लेना, मांस और मदिरा को त्याग देना - ये धर्म के पाँच भेद हैं जिनसे सुख की प्राप्ति होती है। धर्म को श्रेष्ठ माननेवाले मनुष्यों को इन धर्मों का पालन अवश्य करना चाहिए।''

(महाभारत, अनुशासन पर्व)

पंचसकारी साधना

✲ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✲

आप संसारी वस्तुएँ पाने की इच्छा करें तो इच्छामात्र से संसार की चीजें आपको नहीं मिल सकतीं। उनकी प्राप्ति के लिए आपका प्रारब्ध और पुरुषार्थ चाहिए। किन्तु आप ईश्वर को पाना चाहते हैं तो केवल ईश्वर को पाने की तीव्र इच्छा रखें। इससे अंतर्यामी ईश्वर आपके भाव को समझ जाता है कि आप उनसे मिलना चाहते हो।

जैसे - चींटी गरुड़ से मिलने की इच्छा रखे और गरुड़ को भी पता चल जाय तो चींटी अपनी चाल से गरुड़ की ओर चलेगी लेकिन गरुड़ चींटी से मिलने के लिए अपनी गति से भागेगा। ऐसे ही जीवात्मा अपनी गति से ईश्वर को पाने का प्रयत्न करेगा तो ईश्वर भी अपनी उदारता से उसे उपयुक्त वातावरण दे देगा, जल्दी साधना के जहाज में बिठा देगा। यही कारण है कि आप अभी यहाँ बैठे हैं।

आपकी केवल तीव्र इच्छा थी ईश्वर के रास्ते जाने की... मंडप बनानेवालों ने मंडप बनाया, माईक लगानेवालों ने माईक लगाया, सजावट करनेवालों ने सजावट की, कथा करनेवालों ने कथा की, आपकी तो केवल इच्छा थी कि सत्संग मिल जाय और आपको सब कुछ तैयार मिल रहा है...

परन्तु शादी की इच्छामात्र से सब तैयार नहीं मिलेगा... सब तैयार करना पड़ेगा और बारातियों के आगे नाक रगड़नी पड़ेगी। उसके बाद भी कोई राजी तो कोई नाराज तथा शादी के बाद भी लांछन सहने के लिए तैयार रहना पड़ेगा और कभी कुछ तो कभी कुछ, खटपट चलती ही रहेगी... कभी साला बीमार तो कभी साली बीमार, कभी साले का साला बीमार तो वहाँ भी सलामी भरने जाना पड़ेगा। यहाँ तो ईश्वरप्राप्ति की इच्छामात्र से सब तैयार मिल रहा है!

ईश्वर को पाने की इच्छामात्र से हृदय में पवित्र भाव आने लगते हैं तथा संसार के भोग पाने की इच्छामात्र से हृदय में खटपट चालू हो जाती है। ईश्वर-प्राप्ति के लिए चलते हो और जब ईश्वर मिलता है तब पूरे-का-पूरा मिलता है किन्तु संसार आज तक किसीको पूरे-का-पूरा नहीं मिला। संसार का एक छोटा-सा टुकड़ा भारत है, वह भी किसीको पूरे-का-पूरा नहीं मिला। उसमें भी लगभग एक अरब लोग हैं।

संसार मिलेगा भी तो आंशिक ही मिलेगा और कब छूट जाय इसका कोई पता नहीं लेकिन परमात्मा मिलेगा तो पूरे-का-पूरा मिलेगा और उसे छीनने की ताकत किसीमें नहीं है!

परमात्मा मिलता कैसे है ? साधना से... **पंचसकारी साधना** से जन्म-मरण का, भवरोग का मूल दूर हो जाता है। ईश्वरत्व का अनुभव करने में, अंतर्यामी राम का दीदार करने में यह पंचसकारी साधना सहयोग करती है। कोई किसी भी जाति, संप्रदाय अथवा मजहब का क्यों न हो, सबके जीवन में यह साधना चार चाँद लगा देती है।

इस साधना के पाँच अंग हैं तथा पाँचों अंगों के नाम 'स'कार से आरंभ होते हैं, इसलिए इसे पंचसकारी संज्ञा दी गयी है।

(१) **सहिष्णुता** : अपने जीवन में सहिष्णुता (सहनशीलता) लायें। जरा-जरा-सी बात में डरें नहीं, जरा-जरा-सी बात में उद्विग्न न हों, जरा-जरा-सी बात में बहक न जायें, जरा-जरा-सी बात में सिकुड़ न जायें। थोड़ी सहनशक्ति रखें। तटस्थ रहें। विचार करें कि यह भी बीत जायेगा।

यह विश्व जो है दीखता, आभास अपना जान रे।
आभास कुछ देता नहीं, सब विश्व मिथ्या मान रे॥
होता वहाँ ही दुःख है, कुछ मानना होता जहाँ।
कुछ मानकर हो न दुःखी, कुछ भी नहीं तेरा यहाँ॥

चाहे कितना भी कठिन वक्त हो चाहे कितना भी बढ़िया वक्त हो - दोनों बीतनेवाले हैं और आपका चैतन्य रहनेवाला है । ये परिस्थितियाँ आपके साथ नहीं रहेंगी किन्तु आपका परमेश्वर तो मौत के बाद भी आपके साथ रहेगा । इस प्रकार की समझ बनाये रखें ।

पिछले जन्म के प्रमाणपत्र आपके साथ नहीं हैं, पिछले जन्म के दोस्त आपके साथ नहीं हैं, पिछले जन्म के माता-पिता भी आपके साथ नहीं हैं और इस जन्म के भी बचपन के मित्र अभी नहीं हैं, बचपन की तोतली भाषा अभी नहीं है, बचपन के खिलौने और कपड़े भी अभी नहीं हैं लेकिन बचपन में जो दिलबर आपके दिल की धड़कन चला रहा था, वह अभी भी है और बाद में भी रहेगा । इसीलिए सिख धर्म के आदिगुरु नानकदेव ने कहा :

आद सत् जुगाद सत् है भी सत् नानक होसे भी सत् ॥

आप सत्य का, ईश्वर का आश्रय लीजिये और परिस्थितियों के प्रभाव से बचिये । जो लोग परिस्थितियों को सत्य मानते हैं वे इनसे घबराकर कभी आत्महत्या की बात भी बोल देते हैं - यह बहुत बड़ा अपराध है । अन्वेषणकर्त्ताओं के आँकड़े बताते हैं कि विश्व में हर रोज १२,००० मनुष्य आत्महत्या का संकल्प करते हैं, प्रयास करते हैं तथा उनमें से कुछ सफल हो जाते हैं । ९ में से ८ मनुष्य आत्महत्या करते-करते चिल्ला पड़ते हैं और बच जाते हैं, नौंवा सफल हो जाता है । सफल तो क्या होता है, आत्महत्या करके प्रेत हो जाता है । आत्महत्या जैसा घोर पातक दूसरा नहीं है ।

एक मनोविज्ञान के प्रोफेसर कुछ विद्यार्थियों को ऊँची छत पर ले गये और उनसे कहा : ''नीचे झाँको ।'' फिर पूछा : ''नीचे झाँकने से डर क्यों लगता है ?''

सब विद्यार्थियों ने अपने-अपने ढंग से व्याख्या की ।

अंत में प्रोफेसर ने कहा : ''ऊँची छत से नीचे झाँकते हैं तो डर लगता है । इसका एक मनोवैज्ञानिक कारण यह है कि प्रत्येक मनुष्य अपने जीवन में कभी-न-कभी एकाध बार मर जाने का सोच लेता है । मर जाने का जो विचार है वही उसे ऊँची छत पर से नीचे देखने पर डराता है कि कहीं मर न जाऊँ ।''

किसी भी परिस्थिति में मरने का विचार नहीं करना चाहिए तथा अपने चित्त को दुःखी होने से बचाना चाहिए । अगर जीवन में सहिष्णुता का गुण होगा तभी आप बच पाओगे ।

टी.वी. में विज्ञापन देखो तो जरा सह लो । पेप्सी देखी, लाये और पी ली तो आप बिखर जाओगे । उन दृश्यों को गुजर जाने दो । आप किस-किस विज्ञापन का कौन-कौन-सा माल खरीदोगे ? विज्ञापन देनेवाले लाखों रुपये विज्ञापन में खर्च करते हैं उससे कई गुना आपसे नोचते हैं, इसीलिए जरा सावधान रहो ।

इसी प्रकार दूसरे की उन्नति के तेज को भी सह लीजिये और अपने अपमान को भी सह लीजिये । पड़ोसी के सुख को भी पचा लीजिये और अपने दुःख को भी सह लीजिये । अपने दुःखों में परेशान मत होइये । आज वहाँ फूल खिला है तो कल यहाँ भी खिलेगा । आज उस पेड़ ने फल दिये हैं तो कल इस पेड़ में भी फल लगेंगे । ऐसा करने से ईर्ष्या के दुर्गुण से भी बचने में मदद मिलेगी और सहिष्णुता का गुण हमारे चित्त को पावन करने में भी मदद करेगा ।

(२) **सेवा** : आपके जीवन में सेवा का सद्गुण हो । ईश्वर की सृष्टि को सँवारने के भाव से आप पुत्र-पौत्र, पति-पत्नी आदि की सेवा कर लो । 'पत्नी मुझे सुख दे ।' अगर इस भाव से सेवा की तो पति-पत्नी में झगड़ा रहेगा । 'पति मुझे सुख दें ।' इस भाव से की तो यह स्वार्थ हो जायेगा और स्वार्थ लंबे समय तक शांति नहीं दे सकता । 'पति की गति पति जानें मैं तो सेवा करके अपना फर्ज निभा लूँ... पत्नी की गति पत्नी जाने मैं तो अपना उत्तरदायित्व निभा लूँ... ।' ऐसे विचारों से सेवा कर लें ।

पत्नी लाली-लिपस्टिक लगाये कोई जरूरी नहीं है, डिस्को करे कोई जरूरी नहीं है । जो लोग अपनी पत्नी को एक कठपुतली बनाकर, डिस्को करवाकर दूसरे के हवाले करते हैं और पत्नियाँ बदलते हैं वे नारीजाति का घोर अपमान करते हैं ।

वे नारी को भोग्या बना देते हैं। भारत की नारी भोग्या, कठपुतली नहीं है, वह तो भगवान की सुपुत्री है। नारी तो नारायणी है।

(३) **सम्मानदान :** तीसरा सद्गुण है सम्मान-दान। छोटे-से-छोटा प्राणी और बड़े-से-बड़ा व्यक्ति भी सम्मान चाहता है। सम्मान देने में रुपया-पैसा नहीं लगता है और सम्मान देते समय आपका हृदय भी पवित्र होता है। अगर आप किसीसे निर्दोष प्यार करते हैं तो खुशामद से हजारगुना ज्यादा प्रभाव उस पर पड़ता है। अतः स्वयं मान पाने की इच्छा न रखें वरन् औरों को सम्मान दें।

(४) **स्वार्थ-त्याग :** चौथा सद्गुण है स्वार्थ-त्याग। कर्म निःस्वार्थ होकर करें, स्वार्थ-भाव से नहीं। स्वार्थत्याग की भावना अन्य गुणों को भी विकसित करती है।

(५) **समता :** पाँचवी बात है कि आपमें समता का सद्गुण आ जाय। चित्त सम रहेगा तो आपकी आत्मिक शक्ति बढ़ेगी, आपका योग सिद्ध होगा और आप आत्मज्ञान पाने में सफल हो जायेंगे।

यह 'पंचसकारी साधना' ज्ञानयोग की साधना है। इसका आश्रय लेने से आप भी ज्ञानयोग में स्थिति पा सकते हैं।

*

चित्त में क्षोभ हो जाना, चित्त का उत्तेजित हो जाना - भले ही वह पानी की लकीर की तरह ही क्यों न हो- महात्मा की सबसे बड़ी हानि है। इसका सबसे सरल उपाय यह है कि उत्तेजना पैदा करनेवाले शब्दों को चिड़ियों की चहचहाट समान समझो। 'चिड़ियाँ बोल रही हैं।' - ऐसा सोचने लगो। तत्त्व पर दृष्टि रखो। अपमान की भूमि इस मलमूत्र के थैले (शरीर) से अपने को हटा लो। यदि इस थैले को ही सर्वस्व समझे हुए हो तो वास्तव में अपमान और निंदा के पात्र हो। अन्यथा किसीका सामर्थ्य है जो तुम्हारी निन्दा कर सके। एक स्वप्न पुरुष दूसरे स्वप्न पुरुष से कुछ कह रहा है तो कहने दो। *- उड़िया बाबा*

परम सुहृद् परमात्मा

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

आप कभी यह न सोचें कि : अरे, भगवान ने दुनिया ऐसी क्यों बनायी ?

दुनिया आपके किसी शत्रु ने नहीं बनायी, किसी बेवकूफ ने नहीं बनायी, किसी शोषक ने नहीं बनायी, किसी पराधीन ने नहीं बनायी और किसी अज्ञानी ने भी नहीं बनायी वरन् आपके परम सुहृद् ने बनायी है, परम हितैषी ने बनायी है, परम ज्ञानी ने बनायी है और परम समर्थ ने बनायी है।

दुनिया को दोष मत दो, अपनी दोषवृत्ति को निकालने का प्रयास करो।

कइयों का प्रश्न होता है : ''बाबाजी ! भगवान सर्वसमर्थ हैं, सब जानते हैं फिर ऐसा अँधेर क्यों हो रहा है ? लोग एक-दूसरे का गला दबोच रहे हैं, एक-दूसरे को शोषित कर रहे हैं, चोरी कर रहे हैं। कोई पड़ोस की लड़की या लड़के को बुरी नज़र से देखे और उसी समय भगवान उसको अंधा बना दें तो कोई बुरी नज़र से नहीं देखेगा। कोई चोरी करे और उसी समय हाथ को लकवा (पेरालिसिस) मार जाय तो कोई चोरी नहीं करेगा। कोई झूठ बोले और उसकी जीभ वहीं कट जाय तो कोई झूठ नहीं बोलेगा... इतने सारे जज, इतने सारे वकील, इतने सारे सिपाही... फिर भी दुनिया में इतनी गड़बड़ी ? जब भगवान सर्वसमर्थ हैं और हर दिल में बैठे हैं तो ऐसा क्यों नहीं करते ?''

यह सवाल ही बिना सिर-पैर का है। व्यर्थ का है। जैसे लोग बोलते हैं कि 'भगवान का भजन क्यों करें ?' यह व्यर्थ का सवाल है। 'भजन क्यों न

करें ?' यह असली सवाल है।

अल्पमति, स्वार्थी मति और रजोगुणी मति में ही ऐसे व्यर्थ के सवाल उठते हैं। फिर भी उसका जवाब सुन लो। यदि आपका बेटा आपके घर में ही चोरी करे तो क्या तुम चाहोगे कि उसके हाथ को लकवा मार जाय ? आपका बेटा किसी पड़ोस की लड़की पर बुरी नज़र डाले तो क्या आप चाहोगे कि वह अंधा हो जाय ? आपका बेटा झूठ बोले तो क्या आप चाहोगे कि उसकी जीभ कट जाय ? नहीं, क्योंकि वह आपका बेटा है। आपका बेटा तो वह सिर्फ १५-२० साल से है फिर भी आप सोचते हो कि : 'अभी बच्चा है, अक्ल का कच्चा है, आज नहीं तो कल सुधरेगा, बदलेगा। चलो, कोई बात नहीं।' आखिर माता- पिता और हितैषी के हृदय में भी ऐसा होता है कि : 'चलो, दुबारा गलती न करेगा। मौका दे दो ताकि सुधर जाय।'

आप अपने कुटुम्बी के सुधरने के लिए इतना इंतज़ार करते हो और सुधरने का संकल्प होते हुए भी वह बिगड़ता है फिर भी आप उसे क्षमा करते जाते हो। जब १५-२० साल के सम्बन्ध के प्रति भी तुम इतनी करुणा से भरे होते हो तो सदियों से आपका जिस परमपिता से पुत्र के नाते सम्बन्ध है उसकी कितनी करुणा होगी ! उसका कितना धैर्य होगा ! वह परमपिता भी ऐसे ही सोचता है : 'चलो, इस मनुष्य-जीवन में नहीं सुधरा तो दूसरे चोले में, तीसरे चोले में सुधरेगा...।'

उस परमपिता के पास कोई कमी नहीं है। चौरासी-चौरासी लाख वस्त्र हैं। अलग-अलग वस्त्रों में, रूपों में लाते-लाते देर-सवेर वह तुम्हें परब्रह्म-परमात्म-स्वरूप का, अपने आत्म-स्वरूप का अनुभव कराना चाहता है।

वह प्राणिमात्र का परम सुहृद् है। उसके बिना एक सेकन्ड का सौंवा हिस्सा तो क्या, माइक्रो सेकन्ड के लाखवें हिस्से जितना समय भी हम जीवित नहीं रह सकते। जैसे पानी के बिना तरंग नहीं होती, ऐसे ही परमेश्वर के बिना आप-हम नहीं हो सकते।

वह परमेश्वर जीवमात्र का परम सुहृद् है, परम हितैषी है। हम मानते हैं कि हमारी माँ हमारी हितैषी है लेकिन उसका सामर्थ्य नपा-तुला है। बालक की आवश्यकता का पता बालक को उतना नहीं होता है जितना उसकी माँ को पता होता है। अपनी आवश्यकता पूरी करने का जितना सामर्थ्य बालक के पास है, उससे ज्यादा माँ के पास है। बालक अपना हित उतना नहीं जानता, जितना उसकी माँ जानती है क्योंकि बालक तो अज्ञानता में अपने मैले में भी हाथ घुमाता है, साँप को भी पकड़ने दौड़ता है किन्तु माँ जानती है कि साँप-बिच्छू को, अग्नि को छूने से क्या होता है। बच्चे की अपेक्षा माँ में बच्चे का हित करने का ज्ञान ज्यादा है परन्तु माँ की बुद्धि, माँ का सामर्थ्य और माँ की योग्यता से भगवान का ज्ञान, भगवान का सामर्थ्य अनंत गुना ज्यादा है।

ऐसी कोई माँ नहीं कि बच्चे का अहित चाहे। हित चाहते हुए भी कभी अज्ञानता से वह बच्चे को गलत खुराक दे सकती है। बच्चे को वायुप्रकोप हो और माँ ने कोई ऐसी चीज़ खिला दी जो वायुप्रकोप को बढ़ाये, पित्तप्रकोप है और माँ ने ऐसी गरम चीज खिला दी जो पित्तप्रकोप को और बढ़ाये - ऐसा हो सकता है क्योंकि माँ की समझ नपी-तुली होती है किन्तु भगवान में पूर्ण समझ है।

माँ तो हमारे स्थूल शरीर की रखवाली करती है परन्तु भगवान हमारी रखवाली करते हैं। हमें सफलता मिलती है और हमारी वाहवाही होती है तो भगवान सोचते हैं कि बेचारा कहीं मोह-माया में न फँस जाय ! अतः हमें सत्संग में ले जाते हैं। अगर हम सत्संगी नहीं हैं तो फिर हमें मुसीबतों में ले जाते हैं ताकि संसार से वैराग्य आये।

यदि हम सुख-सुविधा से भर गये हैं तो वे परम हितैषी हमें विघ्न-बाधा और निंदा देकर हमको संसार से तारते हैं और अगर हमें मुसीबत व कष्ट मिले हैं तथा हम उनसे हताश-निराश हो गये हैं तो वे परम सुहृद् सफलता दिलाकर हममें हिम्मत भरते हैं। दुःख और विघ्न हटाने की सूझबूझ देते हैं तथा शास्त्र देकर ज्ञान भी देते हैं। भगवन्मय मूर्त्तियों की तरफ ऋषियों को प्रेरित करके, मूर्त्तिपूजा आदि

करवाकर हमारी भावना जगाते हैं । भावना शुद्ध कराकर अमूर्त्त आत्मा की तरफ ले जानेवाले सद्गुरुओं के पास जाने की प्रेरणा देते हैं और सद्गुरुओं के द्वारा वे परमात्मा ऐसी-ऐसी दिव्य अनुभूतियों से संपन्न दिव्य बातें बोलते हैं कि हमारा उद्धार हो जाता है और सद्गुरुओं को पता भी नहीं कि कौन-सी बात से, किसका कितना कल्याण हो गया ! किन्तु वह गुरुओं का गुरु, परम गुरु, परम सुहृद् जानता है कि किस बात से किसका कितना कल्याण होता है ।

सद्गुरु लोग उन दिव्य बातों का खजाना कहाँ से लाते हैं ? भगवान से ही तो लाते हैं । भगवान से अलग होकर गुरु, गुरु नहीं रह सकते । ईश्वर से अलग होकर गुरु का अस्तित्व नहीं हो सकता । वास्तव में ईश्वर ही गुरु के अंतःकरण में ये सारी व्यवस्था करते हैं और ईश्वर ही शिष्य के हृदय में सत्प्रेरणा देकर सद्गुरु की तरफ ले जाते हैं । कितने करुणा-वरुणालय हैं प्रभु !

उन्हीं परमेश्वर ने किसीके हृदय में मण्डप बनाने की प्रेरणा दी, किसीके अंतःकरण में चीज़ें जुटाने की प्रेरणा दी, किसीके अंतःकरण में देखभाल करने की प्रेरणा दी, किसीके अंतःकरण में आने की प्रेरणा दी और मेरे अंतःकरण में सत्संग करने की प्रेरणा दी । आयोजक-संयोजक तो वह परमात्मा ही है ।

क्या आप सब अपनी अक्ल-होशियारी से इधर बैठे हो ? क्या मैं मेरी अक्ल-होशियारी से ये सब बनाकर बैठा हूँ ? अक्ल-होशियारी की गहराई में भी उसकी प्रेरणा है । हम अपनी स्वतंत्र अक्ल-होशियारी कहाँसे लायेंगे ? समस्त ज्ञान का भण्डार वह परम सुहृद् परमात्मा है तो हम ज्ञान अपना कहाँ से लायेंगे, बाबा ?

पिता से अलग होकर बेटा कारखाना, मकान, दुकान आदि ले सकता है परन्तु वह परमेश्वर सर्वत्र है, उससे अलग होकर हम कहाँ और क्या बना सकते हैं ? जैसे, पानी से अलग होकर तरंग अपना अलग अस्तित्व नहीं बना सकती । तरंग पानी से रूठ जाय तो पानी से अलग होकर तरंग बचेगी क्या ? सोने से अलग होकर गहना बनेगा कैसे ? शक्कर के खिलौने शक्कर से अलग कैसे रहेंगे ? ऐसे ही आप-हम ईश्वर से अलग नहीं रह सकते और ईश्वर आपसे-हमसे अलग नहीं हो सकता - यह उसकी विवशता है ।

भगवान की बड़े-में-बड़ी कमज़ोरी है कि वे आपको नहीं छोड़ सकते । चाहे आप कैसे भी हों- कितने भी पापी-तापी हो जायें, फिर भी ईश्वर आपको छोड़ नहीं सकते क्योंकि वे व्यापक हैं । यही उनकी महानता भी है । 'कमज़ोरी' तो विनोद का शब्द है । वह परम सुहृद् है, अपना है, प्यारा है इसीलिए जरा छेड़खानी कर देते हैं ।

उस परम सुहृद् परमात्मा की महिमा का क्या बयान करें, कितना करें ? इसीलिए तो श्रुति भगवती कहती है :

यतो वाचो निवर्तन्ते । अप्राप्य मनसा सह ।
आनन्दं ब्रह्मणो विद्वान् । न बिभेति कदाचनेति ।

'जहाँसे मन के सहित वाणी उसे न पाकर लौट आती है उस ब्रह्मानंद को जाननेवाला पुरुष कभी भय को प्राप्त नहीं होता ।' (तैत्तिरीयोपनिषद् : ४.१)

संकटनाशक मंत्र

नृसिंह भगवान का स्मरण करने से महान संकट की निवृत्ति होती है । जब कोई भयानक आपत्ति से घिरा हो या बड़े अनिष्ट की आशंका हो तो इस मंत्र का अधिकाधिक जप करना चाहिए :

ॐ उग्रं वीरं महा विष्णुं ज्वलन्तं सर्वतोमुखम् ।
नृसिंह भीषणं भद्रं मृत्यु मृत्युं नमाम्यहम् ॥

जो कम बोलता है, केवल जरूरी होता है उतना ही बोलता है उसकी वाणी में शक्ति आती है । जो व्यर्थ की बड़बड़ाहट करता है, दो लोग मिलें तो बोलने लग जाता है, मण्डली बनाकर बकवास करता रहता है वह अपनी सूक्ष्म शक्तियाँ क्षीण कर देता है । उसकी वाणी का कोई मूल्य नहीं रहता ।

(आश्रम की पुस्तक 'दैवी संपदा' से)

सुखमय जीवन की कुंजियाँ

धर्मराज युधिष्ठिर ने पूछा : पितामह ! किस उपाय से मनुष्य अपनी पूरी आयु तक जीवित रहता है ? क्या वजह है कि उसकी आयु कम हो जाती है ? मनुष्य मन, वाणी अथवा शरीर के द्वारा किन साधनों का आश्रय ले, जिससे उसका भला हो ?

भीष्मजी बोले : युधिष्ठिर ! सदाचार से मनुष्य को आयु, लक्ष्मी तथा इस लोक और परलोक में कीर्ति की प्राप्ति होती है। दुराचारी मनुष्य इस संसार में बड़ी आयु नहीं पाता, अतः मनुष्य यदि अपना कल्याण करना चाहता हो तो उसे सदाचार का पालन करना चाहिए। कितना ही बड़ा पापी क्यों न हो, सदाचार उसकी बुरी प्रवृत्तियों को दबा देता है । सदाचार धर्मनिष्ठ तथा सच्चरित्र पुरुषों का लक्षण है ।

सदाचार ही कल्याण का जनक और कीर्ति को बढ़ानेवाला है, उसीसे आयु की वृद्धि होती है और वही बुरे लक्षणों का नाश करता है । सम्पूर्ण आगमों में सदाचार ही श्रेष्ठ बतलाया गया है । सदाचार से धर्म उत्पन्न होता है और धर्म के प्रभाव से आयु की वृद्धि होती है ।

जो मनुष्य धर्म का आचरण करते हैं और लोक कल्याणकारी कार्य में लगे रहते हैं, उनका दर्शन न हुआ हो तो भी केवल नाम सुनकर मानव-समुदाय उनसे प्रेम करने लगता है । जो मनुष्य नास्तिक, क्रियाहीन, गुरु और शास्त्र की आज्ञा का उल्लंघन करनेवाले, धर्म को न जाननेवाले, दुराचारी, शीलहीन, धर्म की मर्यादा को भंग करनेवाले तथा दूसरे वर्ण की स्त्रियों से संपर्क रखनेवाले हैं वे इस लोक में अल्पायु होते हैं और मरने के बाद नरक में पड़ते हैं । जो सदैव अशुद्ध व चंचल रहता है, नख चबाता है, उसे दीर्घायु नहीं प्राप्त होती । ईर्ष्या करने से आयु क्षीण होती है । **सूर्योदय के समय और दिन में सोने से आयु क्षीण होती है ।** जो सदाचारी, श्रद्धालु, ईर्ष्यारहित, क्रोधहीन, सत्यवादी, हिंसा न करनेवाला, दोषदृष्टि से रहित और कपटशून्य है, उसे दीर्घायु प्राप्त होती है ।

प्रतिदिन सूर्योदय से एक घंटा पहले जाग कर धर्म और अर्थ के विषय में विचार करे । मौन रहकर नित्य दन्तधावन करे । दंतधावन किये बिना देवपूजा व संध्या न करे । देवपूजा व संध्या किये बिना गुरु, वृद्ध, धार्मिक, विद्वान पुरुष को छोड़कर दूसरे किसीके पास न जाय । सुबह सोकर उठने के बाद पहले माता-पिता, आचार्य तथा गुरुजनों को प्रणाम करना चाहिए ।

सूर्योदय होने तक कभी न सोये, यदि किसी दिन ऐसा हो जाय तो प्रायश्चित करे, गायत्री मंत्र का जप करे, उपवास करे या फलादि पर ही रहे ।

स्नानादि से निवृत्त होकर प्रातःकालीन संध्या करे । जो प्रातःकाल की संध्या करके सूर्य के सम्मुख खड़ा होता है, उसे समस्त तीर्थों में स्नान का फल मिलता है और वह सब पापों से छुटकारा पा जाता है ।

सूर्योदय के समय ताँबे के लोटे में सूर्य भगवान को जल (अर्घ्य) देना चाहिए । इस समय आँख बन्द करके भ्रूमध्य में सूर्य की भावना करनी चाहिए । सूर्यास्त के समय भी मौन होकर संध्योपासना करनी चाहिए । संध्योपासना के अन्तर्गत शुद्ध व स्वच्छ वातावरण में प्राणायाम व जप किये जाते हैं ।

नियमित त्रिकाल संध्या करनेवाले को रोजी-रोटी के लिए कभी हाथ फैलाना नहीं पड़ता - ऐसा शास्त्रवचन है । ऋषिलोग प्रतिदिन संध्योपासना से ही दीर्घजीवी हुए हैं ।

उदय, अस्त, ग्रहण और मध्याह्न के समय सूर्य की ओर कभी न देखे, जल में भी उनकी परछाई

न देखे।

वृद्ध पुरुषों के आने पर तरुण पुरुष के प्राण ऊपर की ओर उठने लगते हैं। ऐसी दशा में जब वह खड़ा होकर स्वागत और प्रणाम करता है तो वे प्राण पुनः पूर्वावस्था में आ जाते हैं।

किसी भी वर्ण के पुरुष को परायी स्त्री से संसर्ग नहीं करना चाहिए। परस्त्री-सेवन से मनुष्य की आयु जल्दी ही समाप्त हो जाती है। इसके समान आयु को नष्ट करनेवाला संसार में दूसरा कोई कार्य नहीं है। स्त्रियों के शरीर में जितने रोमकूप होते हैं उतने ही हजार वर्षों तक व्यभिचारी पुरुषों को नरक में रहना पड़ता है। रजस्वला स्त्री के साथ कभी बातचीत न करे।

अमावस्या, पूर्णिमा, चतुर्दशी और अष्टमी तिथि को स्त्री-समागम न करे। अपनी पत्नी के साथ भी दिन में तथा ऋतुकाल के अतिरिक्त समय में समागम न करे। इससे आयु की वृद्धि होती है। सभी पर्वों के समय ब्रह्मचर्य का पालन करना आवश्यक है। यदि पत्नी रजस्वला हो तो उसके पास न जाय तथा उसे भी अपने निकट न बुलावे। शास्त्र की अवज्ञा करने से गृहस्थी जीवन दुःखमय होता है, अधिक समय तक सुखी जीवन नहीं जी सकते।

दूसरों की निंदा, बदनामी और चुगली न करे, औरों को नीचा न दिखाये। निन्दा करना अधर्म बताया गया है, इसलिए दूसरों की और अपनी भी निंदा नहीं करनी चाहिए। क्रूरताभरी बात न बोले। जिसके कहने से दूसरों को उद्वेग होता हो, वह रूखाई से भरी हुई बात नरक लोक में ले जानेवाली होती है, उसे कभी मुँह से न निकाले। बाणों से बिंधा हुआ और फरसे से काटा हुआ वन पुनः अंकुरित हो जाता है, किंतु दुर्वचनरूपी शस्त्र से किया हुआ भयंकर घाव कभी नहीं भरता।

हीनांग (अंधे, काने आदि), अधिकांग (छांगुर आदि), अनपढ़, निन्दित, कुरूप, धनहीन और असत्यवादी मनुष्यों की खिल्ली नहीं उड़ानी चाहिए।

नास्तिकता, वेदों की निंदा, देवताओं के प्रति अनुचित आक्षेप, द्वेष, उद्दण्डता और कठोरता - इन दुर्गुणों का त्याग कर देना चाहिए।

मल-मूत्र त्यागने व रास्ता चलने के बाद तथा स्वाध्याय व भोजन के पहले पैर धो लेना चाहिए। भीगे पैर भोजन तो करे परन्तु शयन न करे। भीगे पैर भोजन करनेवाला मनुष्य लम्बे समय तक जीवन धारण करता है।

परोसे हुए अन्न की निन्दा नहीं करनी चाहिए। मौन होकर एकाग्रचित्त से भोजन करना चाहिए। भोजनकाल में यह अन्न पचेगा या नहीं, इस प्रकार की शंका नहीं करनी चाहिए। भोजन के बाद मन-ही-मन अग्नि का ध्यान करना चाहिए। भोजन के अन्त में दही नहीं मट्ठा पीना चाहिए तथा एक हाथ से दाहिने पैर के अँगूठे पर जल छोड़ ले फिर जल से आँख, नाक, कान व नाभि का स्पर्श करे।

पूर्व की ओर मुख करके भोजन करने से दीर्घायु, पश्चिम की ओर मुख करके भोजन करने से धन, उत्तर की ओर मुख करके भोजन करने से सत्य तथा दक्षिण की ओर मुख करके भोजन करने से यश की प्राप्ति होती है। भूमि पर बैठकर ही भोजन करे, चलते-फिरते भोजन कभी नहीं करे। किसीके साथ एक पात्र में भोजन करना निषिद्ध है।

जिसको रजस्वला स्त्री ने छू दिया हो तथा जिसमें से सार निकाल लिया गया हो, ऐसा अन्न कदापि न खाये। जैसे, तिलों का तेल निकालकर बनाया हुआ गज़क, क्रीम निकाला हुआ दूध, रोगन (तेल) निकाला हुआ अमेरिकन बादाम आदि।

किसी अपवित्र मनुष्य के निकट या सत्पुरुषों के सामने बैठकर भोजन न करे। रात को दही और सत्तू न खाये। सावधानी के साथ केवल सवेरे और शाम को ही भोजन करे, बीच में कुछ भी खाना उचित नहीं है। भोजन के समय मौन रहना और आसन पर बैठना उचित है। निषिद्ध पदार्थ न खाये।

रात्रि के समय खूब डटकर भोजन न करे, दिन में भी उचित मात्रा में सेवन करे। तिल की चिकी, गज़क और तिल के बने पदार्थ भारी होते हैं। इनको पचाने में जीवनी शक्ति अधिक खर्च होती है इसलिए स्वास्थ्य के लिए उचित नहीं हैं।

जूठे मुँह पढ़ना-पढ़ाना, शयन करना, मस्तक का स्पर्श करना कदापि उचित नहीं है।

यमराज कहते हैं : ''जो मनुष्य जूठे मुँह उठकर दौड़ता और स्वाध्याय करता है, मैं उसकी आयु नष्ट कर देता हूँ। उसकी संतानों को भी उससे छीन लेता हूँ। जो अनध्याय के समय भी अध्ययन करता है उसके वैदिक ज्ञान और आयु का नाश हो जाता है।'' भोजन करके हाथ-मुँह धोये बिना, सूर्य-चन्द्र, नक्षत्र इन त्रिविध तेजों की ओर कभी दृष्टि नहीं डालनी चाहिए।

मलिन दर्पण में मुँह न देखे। उत्तर व पश्चिम की ओर सिर करके कभी न सोये केवल पूर्व या दक्षिण दिशा की ओर ही सिर करके सोये।

नास्तिक मनुष्यों के साथ कोई प्रतिज्ञा न करे। आसन को पैर से खींचकर या फटे हुए आसन पर न बैठे। रात्रि में स्नान न करे। स्नान के पश्चात् तेल आदि की मालिश न करे। भीगे कपड़े न पहने।

गुरु के साथ कभी हठ नहीं ठानना चाहिए। गुरु प्रतिकूल बर्ताव करते हों तो भी उनके प्रति अच्छा बर्ताव करना ही उचित है। गुरु की निंदा मनुष्यों की आयु नष्ट कर देती है। महात्माओं की निंदा से मनुष्य का अकल्याण होता है।

सिर के बाल पकड़कर खींचना और मस्तक पर प्रहार करना वर्जित है। दोनों हाथ सटाकर उनसे अपना सिर न खुजलाये। बारंबार मस्तक पर पानी न डाले। सिर पर तेल लगाने के बाद उसी हाथ से दूसरे अंगों का स्पर्श नहीं करना चाहिए। दूसरे के पहने हुए कपड़े, जूते आदि न पहने।

शयन, भ्रमण तथा पूजा के लिए अलग-अलग वस्त्र रखे। सोने की माला कभी भी पहनने से अशुद्ध नहीं होती।

संध्याकाल में नींद, स्नान, अध्ययन और भोजन करना निषिद्ध है। उस समय शुद्धचित्त होकर ध्यान करने के सिवा और कोई काम न करे। पूर्व या उत्तर की ओर मुँह करके हजामत बनवानी चाहिए। इससे आयु की वृद्धि होती है। हजामत बनवाकर बिना नहाये रहना आयु की हानि करनेवाला है।

जिसके गोत्र और प्रवर अपने ही समान हो तथा जो नाना के कुल में उत्पन्न हुई हो, जिसके कुल का पता न हो, उसके साथ विवाह नहीं करना चाहिए। अपने से श्रेष्ठ या समान कुल में विवाह करना चाहिए।

तुम सदा उद्योगी बने रहो, क्योंकि उद्योगी मनुष्य ही सुखी और उन्नतिशील होता है। प्रतिदिन पुराण, इतिहास, उपाख्यान तथा महात्माओं के जीवनचरित्र का श्रवण करना चाहिए। इन सब बातों का पालन करने से मनुष्य दीर्घजीवी होता है।

पूर्वकाल में ब्रह्माजी ने सब वर्ण के लोगों पर दया करके यह उपदेश दिया था। यह यश, आयु और स्वर्ग की प्राप्ति करानेवाला तथा परम कल्याण का आधार है। *(महाभारत, अनुशासन पर्व)*

वशिष्ठजी ने हिमवान से कहा :

''लोक तथा वेद में तीन प्रकार के वचन उपलब्ध होते हैं। एक तो वह वचन है जो सुनने में तत्काल बड़ा सुंदर (प्रिय) लगता है, परन्तु पीछे वह असत्य और अहितकारक सिद्ध होता है। ऐसा वचन बुद्धिमान शत्रु, स्वार्थी व्यक्ति अथवा राजनेता ही कहता है। ऐसे वचन से कभी हित नहीं होता। दूसरा वह है जो आरंभ में अच्छा नहीं लगता, उसे सुनकर अप्रसन्नता ही होती है परन्तु परिणाम में वह सुख देनेवाला होता है। इस तरह का वचन कहकर दयालु, धर्मशील बान्धवजन कर्त्तव्य का बोध कराता है। तीसरी श्रेणी का वचन वह है जो सुनते ही अमृत के समान मीठा लगता है। सब काल में सुख देनेवाला होता है, सत्य ही उसका सार होता है। इसलिए वह हितकारक हुआ करता है। ऐसा वचन सबसे श्रेष्ठ और सबके लिए अभीष्ट है।'' (शिवपुराण – रूद्र संहिता)

महत्त्वपूर्ण निवेदन : सदस्यों के डाक पते में परिवर्तन अगले अंक के बाद के अंक से कार्यान्वित होगा। जो सदस्य ११५वें अंक से अपना पता बदलवाना चाहते हैं, वे कृपया मई २००२ के अंत तक अपना नया पता भेज दें।

※ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ※

सेठ की समझ

किसी सेठ ने एक महात्मा से कई बार प्रार्थना की कि आप हमारे घर में अपने श्रीचरण घुमायें। आखिर एक दिन महात्माजी ने कह दिया :

''चलो, तुम्हारी बात रख लेते हैं। फलानी तारीख को आयेंगे।''

सेठजी बड़े प्रसन्न हो गये। बाबाजी आनेवाले हैं इसलिए बड़ी तैयारियाँ की गयीं। बाबाजी के आने में केवल एक दिन ही बाकी था। सेठ ने अपने बड़े बेटे को फोन किया : ''बेटा ! अब तुम आ जाओ।''

बड़े बेटे ने कहा : ''पिताजी ! मार्केट टाइट है। मनी टाइट है। बैंक में बैलेन्स सैट करना है। पिताजी ! मैं अभी नहीं आ पाऊँगा।''

मझले बेटे ने भी कुछ ऐसा ही जवाब दिया। सेठ ने अपने छोटे बेटे को फोन किया तब उसने कहा :

''पिताजी ! काम तो बहुत है लेकिन सारे काम संसार के हैं। गुरुजी आ रहे हैं तो मैं अभी आया।''

छोटा बेटा पहुँच गया संत-सेवा के लिए। उसने अन्न, वस्त्र, दक्षिणा आदि के द्वारा गुरुदेव का सत्कार किया और बड़े प्रेम से उनकी सेवा की।

बाबाजी ने सेठ से पूछा : ''सेठ ! तुम्हारे कितने बेटे हैं ?''

सेठ : ''एक बेटा है।''

बाबाजी : ''मैंने तो सुना है कि आपके तीन बेटे हैं !''

सेठ : ''वे मेरे बेटे नहीं हैं। वे तो सुख के बेटे हैं, सुख के क्या वे तो मन के बेटे हैं। जो धर्म के काम में न आयें, संत-सेवा में बुलाने पर भी न आयें वे मेरे बेटे कैसे ? मेरा बेटा तो एक ही है जो सत्कर्म में उत्साह से लगता है।''

बाबाजी : ''अच्छा, सेठ ! तुम्हारी उम्र कितनी है ?''

सेठ : ''दो साल, छः माह और सात दिन।''

बाबाजी : ''इतने बड़े हो, तीन बेटों के बाप हो और उम्र केवल दो साल, छः माह और सात दिन !''

सेठ : ''बाबाजी ! जबसे हमने दीक्षा ली है, जप-ध्यान करने लगे हैं, आपके बने हैं, तभी से हमारी सच्ची जिंदगी शुरू हुई है। नहीं तो उम्र ऐसे ही भोगों में नष्ट हो रही थी। जीवन तो तभीसे शुरू हुआ जबसे संत-शरण मिली, जबसे सच्चे संत मिले। नहीं तो मर ही रहे थे, गुरुदेव ! मरनेवाले शरीर को ही मैं मान रहे थे।''

बाबाजी : ''अच्छा , सेठ! तुम्हारे पास कितनी संपत्ति है ?''

सेठ : ''मेरे पास संपत्ति कोई खास नहीं है। बस, इतने हजार हैं।''

बाबाजी : ''लग तो तुम करोड़पति रहे हो ?''

सेठ : ''गुरुदेव ! यह संपत्ति तो इधर ही पड़ी रहेगी। जितनी संपत्ति आपकी सेवा में, आपके दैवी कार्य में लगायी उतनी ही मेरी है।''

कैसी बढ़िया समझ है सेठ की ! जिसके जीवन में सत्संग है, वही यह बात समझ सकता है। बाकी के लोग तो शरीर को 'मैं' मानकर, बेटों को मेरे मानकर तथा नश्वर धन को मेरी संपत्ति मानकर यूँ ही आयुष्य पूरी कर देते हैं।

*

पुरुषार्थ से ही सब संभव है...

एक सेठ के गोदाम में आग लगी और आग ने उसकी दुकान को भी अपनी लपटों में ले लिया। सहानुभूति दिखानेवाले लोगों ने कहा :

''सेठजी ! आपके ऊपर तो बड़ी मुसीबत आ

गयी। आपके सामने ही आपकी दुकान और गोदाम जल रहे हैं।''

सेठ : ''किस बात की मुसीबत ?''

लोग बोले : ''अरे सेठजी ! आपका तो सर्वनाश हो गया।''

सेठ : ''आप लोग पागल हो गये हो क्या ? सर्व जिसने बनाया था वह बुद्धि और पुरुषार्थ मेरे पास है और जो बचा-खुचा है उसमें से सर्व पुनः उभर आयेगा। मेरा हौसला मेरे पास है, मेरी बुद्धि मेरे पास है और मेरा सच्चिदानंद परमात्मा मेरे पास है। फिर क्यों दुःखी होते हो ? जो नाशवान था वही तो नष्ट हुआ और वह तो पुनः आ जायेगा। आप चिंतित क्यों होते हो ?''

सच ही तो है; जो पुरुषार्थी हैं, उत्साही हैं उन्हें दुनिया की कोई भी परिस्थिति दुःखी नहीं कर सकती। उत्साही, पुरुषार्थी के लिए तो नित्य नवीन सूर्य उदित होता है, नित्य नयी संभावनाएँ जन्म लेती हैं, नित्य नवीन उन्नति के द्वार खुलते हैं।

जो पलायनवादी होते हैं, आलसी होते हैं, निरुत्साही होते हैं वे ही जीवन में थक-हारकर बैठ जाते हैं और अपने भाग्य को कोसते रहते हैं। तुलसीदासजी ने ठीक ही कहा है :

कादर मन कहुँ एक अधारा।
दैव दैव आलसी पुकारा॥

'यह दैव (भाग्य) तो कायर के मन को तसल्ली देने का उपाय है। आलसी लोग ही दैव-दैव पुकारा करते हैं।' **(श्रीरामचरित०, सुंदरकांड : ५०,२)**

केवल भाग्य से कुछ नहीं होता है, पुरुषार्थ भी प्रकृति में बहुत जरूरी है। जो भी व्यक्ति सफल हुए हैं वे पुरुषार्थ के बल से ही हुए हैं।

प्रकृति ने ठंड बनायी तो पुरुषार्थी ने स्वेटर, शॉल, हीटर आदि खोज लिये। प्रकृति ने गर्मी बनायी तो पुरुषार्थी ने पंखे, कूलर, एयरकंडीशनर खोज लिये, प्रकृति ने दूरी उत्पन्न की तो पुरुषार्थी ने आवागमन के साधन हवाई जहाज आदि बना लिये, प्रकृति ने रोग बनाये तो पुरुषार्थी ने औषधियाँ खोज लीं। ऐसे ही प्रकृति ने जन्म-मरण बनाया तो पुरुषार्थी ने मुक्ति खोज ली।

क्या करें भाग्य में होगा तो भजन करेंगे... नह
नहीं। पुरुषार्थ अपने को ही करना पड़ेगा, तभी भा
बनेगा। अपना पुरुषार्थ तथा ईश्वर-कृपा दोनों
मिल जाने दीजिये।

अकेला पुरुषार्थ करोगे और सफल हो जाओ
तो अहंकार सिर पर चढ़ बैठेगा और विफल हो ग
तो विषाद की खाई में ले जायेगा। लेकिन ईश्वर
आश्रय में रहकर पुरुषार्थ किया तो सफल होगे त
भी उसकी कृपा मानोगे और विफल होगे तब
विषाद न सतायेगा। आप सम रहने की कल
सीख लोगे।

✲

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

श्रीमद् आद्यशंकराचार्य

[श्रीमद् आद्यशंकराचार्य जयंती : १७ मई २००२]

जब-जब वसुधा पर धर्म का होने लगता ह्रास है।
तब-तब अवतरित हो संत-सुमन फैलाते धर्म-सुवास हैं॥

जब भारत में बौद्ध धर्म के अनुयायी वेदधर्म (सनातन धर्म) की निंदा कर समाज को पथभ्रष्ट करने में लगे थे तथा तांत्रिक और कापालिक समुदाय भी धर्म के नाम पर जनता को गुमराह कर रहे थे, ऐसे समय में पूरे भारत में पुनः सनातन धर्म की स्थापना करने के लिए जिन महापुरुष का आविर्भाव हुआ था, वे थे श्रीमद् आद्यशंकराचार्य।

शंकराचार्यजी ने १६ वर्ष की उम्र में ही समस्त वेद-वेदांगों का अध्ययनकर अन्य ग्रंथों के अलावा 'ब्रह्मसूत्र' पर भी भाष्य की रचना कर दी थी और भारत के विभिन्न भागों में घूम-घूमकर शास्त्रार्थ में विभिन्न मतवादियों को परास्त करके पूरे भारत में सनातन धर्म का ध्वज फहरा दिया था।

श्री शंकराचार्य के यश, तेज और प्रभाव से तत्कालीन तांत्रिकों और कापालिकों का प्रभाव घटने लगा था। अतः वे शंकराचार्य से द्वेष करने लगे तथा उनकी हत्या करने का अवसर खोज रहे थे।

एक बार उग्रभैरव नामक कापालिक ने आद्य शंकराचार्य को एकांत में बैठे हुए देखा। वह कपटपूर्वक उनकी हत्या के उद्देश्य से आचार्य के पास गया तथा उनकी स्तुति करते हुए बोला :

''इसी देह से कैलास जाने के लिए और वहाँ महादेव के साथ रमण करने के लिए मैंने कई वर्षों तक अत्यंत उग्र तपस्या की। मेरी तपस्या से प्रसन्न होकर महादेव ने कहा :

''यदि तुम मेरी प्रसन्नता के लिए किसी आत्मज्ञानी महापुरुष या किसी राजा के सिर का हवन करोगे तो अपने इच्छित पुरुषार्थ को अवश्य प्राप्त करोगे।''

उसी दिन से मैं सर्वज्ञ महापुरुष अथवा राजा के सिर की खोज में लगा हूँ। आज सौभाग्य से आपके दर्शन हो गये। अब लगता है कि मेरा मनोरथ अवश्य सिद्ध होगा।

आपने परोपकार के लिए शरीर धारण किया है, आप विरक्त हैं, देहाभिमान से शून्य हैं। अतः आप मेरा मनोरथ पूरा करें।''

शंकराचार्य ने कहा :

पतत्यवश्यं हि विकृष्यमाणं
कालेन यत्नादपि रक्ष्यमाणम्।
वर्ष्मामुना सिध्यति चेत् परार्थः
स एव मर्त्यस्य परः पुमर्थः॥

''यह शरीर यत्न से रक्षा किये जाने के बावजूद भी काल के द्वारा खींचे जाने पर एक दिन अवश्य नष्ट हो जाता है। यदि इस शरीर से किसी दूसरे का अर्थ सिद्ध हो जाय तो यह मनुष्य का बड़ा भारी पुरुषार्थ है। **(श्रीशंकर दिग्विजय, सर्ग : ११.२६)**

...किन्तु मेरे शिष्यों के सामने तुम मेरा सिर नहीं ले सकोगे। तुम कोई ऐसा समय और स्थान निश्चित करो कि जहाँ मेरे शिष्य न देख सकें।''

उग्रभैरव : ''महाराज ! अमावस्या की रात को आप श्रीशैल पर्वत पर पधारिये। मैं आपको वहाँ ले जाऊँगा।''

शंकराचार्यजी नियत समय पर श्रीशैल पर्वत पर पहुँच गये। वह पर्वत उस समय कापालिकों का गढ़ था। वहाँ पहले से ही त्रिशूल-तलवार आदि तैयार रखे हुए थे।

कापालिक बोला : ''महाराज ! आप इस शिला पर बैठ जाइये। इस यज्ञकुण्ड में आपके सिर का होम कर दिया जायेगा और मेरा मनोरथ पूरा

भगवान बुद्ध की खेती

राजकुमार सिद्धार्थ ने क्रमशः रोगी, बीमार, वृद्ध और अर्थी को देखा तब उनका वैराग्य जाग उठा। उन्होंने सोचा कि आखिर में तो सब छोड़कर जाना ही पड़ता है तो क्यों न मरने से पहले अपने अमर आत्मा को जानकर मुक्त हो जायें ?

यह सोचकर सिद्धार्थ अपने महल, अपनी रूपवती पत्नी यशोधरा तथा नवजात शिशु राहुल को सोता छोड़कर रात्रि में ही गृहत्याग करके चले गये और कठोर तप करके आत्मविश्रांति पायी।

एक बार बुद्ध एक किसान के यहाँ भिक्षा लेने गये। किसान ने देखा कि यह तो बड़ा हट्टा-कट्टा है। उसने कहा :

''ऐ भिक्षुक ! मैं खेत में बीज बोता हूँ, हल चलाता हूँ, खाद डालता हूँ, पानी पिलाता हूँ फिर फसल उगती है और तुम मुफ्त में रोटी माँगने आ गये ? तुम्हें शर्म नहीं आती ?''

बुद्ध बोले : ''मैं भी बीज बोता हूँ, हल चलाता हूँ, खाद डालता हूँ, पानी से सींचता हूँ और फसल उगाता हूँ।''

किसान को बड़ा आश्चर्य हुआ। उसने पूछा : ''तुम तो भिक्षा माँगनेवाले साधु दिखते हो। तुम कौन-सी खेती करते हो ?''

बुद्ध : ''मैं विश्वासरूपी बीज बोता हूँ, विवेकरूपी हल चलाता हूँ, नम्रतारूपी खाद डालता हूँ, ज्ञानरूपी जल से सींचता हूँ और अमरत्वरूपी, परमात्म-सुखरूपी, परमात्म-शांतिरूपी फसल उगाता हूँ। इसीलिए बुद्ध कहलाता हूँ।''

किसान के तो छक्के छूट गये कि जिनको भिक्षा कराने के लिए लोग तरसते हैं, प्रार्थना करते हैं वे ही तथागत मेरे द्वार पर भिक्षा माँगने आये हैं और मैं उनका तिरस्कार कर रहा हूँ ! धिक्कार है मुझे !

क्षमा माँगते हुए किसान बुद्ध के चरणों में गिर पड़ा और बड़े आदर व प्रेम से भिक्षा दी।

कैसी दिव्य होती है महापुरुषों की खेती !

*

गाफिल अजु सोचत नहीं...

✻ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से ✻

[गतांक का शेष...]

तब थानेदार को हुआ कि मेरी तो पुलिस की नौकरी है। कई बार न करने जैसा काम भी कर चुका हूँ। वैसे ही मेरे सिर पर पाप की गठरी है और किसी संत को सताकर दोजख के भागी बनें यह ठीक नहीं है।

थानेदार ने कहा :

''महाराज ! मुझे भी आशीर्वाद दें। मैंने जीवन में कई पाप किये हैं, खुदाताला के यहाँ मुझे बख्शा जाय, ऐसी कृपा करें।''

भुवन के पिता सुबोधचंद्र को तो और भी गुस्सा आया कि इस महाराज ने तो थानेदार को भी अपने पक्ष में कर लिया।

महाराज ने थानेदार को अपने पक्ष में नहीं किया था परंतु थानेदार के अंदर भी जो परमात्मा बैठा हुआ है वही सबको प्रेरणा देता है। माधवदासजी सत्य के मार्ग पर थे, लोक-कल्याण के मार्ग पर थे परंतु सुबोधचंद्र ने उनकी बहुत बदनामी करवाई और जहाँ भुवन गया था वहाँ अपने आदमियों को भेजा।

उधर भुवन साधु-संतों की संगति में पहुँचा और उसने संतों से कई प्रश्न पूछे। माउण्ट आबू के एकांत अरण्य में रहनेवाले एक आत्मारामी संत को हुआ कि यह होनहार बालक है। प्रभु को पाकर दिखायेगा ऐसा है। उन्होंने कहा :

''बेटा भुवन ! तुझे लौकिक विद्या तो मिल चुकी

है । अब यदि तुझे परमात्मा के दर्शन करने हों, योगविद्या तथा आत्मविद्या प्राप्त करनी हो तो थोड़े समय के लिए एकांत में अभ्यास करना पड़ेगा। माउण्ट आबू में मेरी एक गुफा है।''

भुवन : ''महाराजजी ! कृपा करके मुझे अपने साथ ले चलिये । मुझे योगविद्या व आत्मविद्या सिखाइये।''

माउण्ट आबू के वे संत भुवन को अपने साथ घने जंगल में ले गये । गुफा में रीछ और शेर की आवाज आती तो भुवन को डर लगता । एक बार उसने गुरुदेव से कहा :

''गुरुदेव ! यहाँ कभी शेर तो कभी रीछ की आवाज आती है जिसके कारण मुझे डर लगता है।''

गुरुदेव : ''रीछ और शेर में भी परमात्मा की शक्ति काम कर रही है । तेरे हृदय में भी वे ही परमात्मा सत्ता-स्फूर्ति दे रहे हैं । उन्हीं परमात्मा को तू पाना चाहता है, अपनी आत्मा को जानना चाहता है, परमात्मा से मिलना चाहता है तो क्या वे प्रभु शेर की बुद्धि नहीं बदल देंगे ? रीछ और शेर तेरा कुछ भी न बिगाड़ सकेंगे। वे पाले हुए कुत्ते की नाईं तेरे पास आकर बैठेंगे। तू केवल साधना में लग जा, बस। भय को महत्त्व न दे।''

मैं छुईमुई का पौधा नहीं जो छूने से मुरझा जाता है।
मैं वो माई का लाल नहीं जो हौआ से डर जाता है ।।

आप जब किसी नयी जगह से गुजरते हैं तो वहाँ के कुत्ते आपको देखकर भौंकते हैं। आप अगर डरकर भागते हैं तो उसके पिल्ले भी आपका पीछा करते हैं और आप वहीं खड़े रहकर आँख दिखाते हैं तो भौंकते हुए कुत्तों की पूँछें भी दबने लगती हैं।

इसी प्रकार हम दुःख से भयभीत हो जाते हैं तो दुःख तथा विघ्न-बाधारूपी कुत्ते सपरिवार हमारा पीछा करते हैं । अगर हम निर्भय हो जाते हैं तो दुःख का प्रभाव क्षीण हो जाता है।

जो विद्यार्थी 'मुझे नहीं आयेगा' ऐसा विचारकर परीक्षा के पेपर लिखता है उसके जीवन में कोई बरकत नहीं दिखती है। किन्तु जिसमें एकाग्रता होती है, निर्भयता होती है उसके लिए कुछ भी असंभव नहीं है।

भुवन को उसके गुरुदेव ने हिम्मत दी। उन्ह भुवन को साधना की विधि बतायी । वह साध करने लगा। उसके शरीर में झटके लगने लगे। उस गुरुदेव से पूछा :

''गुरुदेव ! मुझे झटके क्यों लगते हैं ?''

गुरुदेव : ''तेरी कुंडलिनी शक्ति जाग्रत हो र है । अतः, अब तू डरना मत, भयभीत मत होना जो हो उसे सहयोग देना।''

गुरुआज्ञा मानकर भुवन शरीर में होनेवा क्रियाओं को सहयोग देने लगा । कभी उसे नाच का मन होता तो वह नाचने लगता । कभी रोने व मन होता तो वह रोता।

'हे भगवान ! तू मुझे कब मिलेगा ? तू क प्रगट होगा ? सांसारिक विषय-भोगों में लिप्त होक चिंता कर-करके मर जाऊँ, फिर घोड़ा बनूँ, ग बनूँ, भैंसा बनूँ, बैल बनूँ और मार खाऊँ इसव अपेक्षा मैं तुझे ही क्यों न पा लूँ ? हे मेरे प्यारे प्रभु तू मेरे हृदय में प्रगट होने की कृपा कर। तू ध्रुव व मिला, प्रह्लाद को मिला, मीरा को मिला, कबीर व मिला तो क्या मुझे नहीं मिलेगा ? हे मेरे प्रभु ! क्य तू मेरे हृदय में प्रगट नहीं होगा...?' ऐसा कहते कहते भुवन ध्यानमग्न हो जाता।

कभी उसे भव्य प्रकाश दिखता। ऐसा प्रका कि मानों, हजारों सूर्य एक साथ प्रकाशित हो र हों । कभी नीलबिंदु दिखता तो कभी लाल प्रकाश भुवन को कभी लगता कि मैं राजा बन गया हूँ, हाथ पर बैठा हूँ और लोग मुझे चँवर डुला रहे हैं। भुवन गुरुदेव से पूछा :

''गुरुदेव ! ऐसा क्यों दिखता है ?''

गुरुदेव : ''तू किसी जन्म में राजा बना होग अभी वे सारे संस्कार धुल रहे हैं।''

कई बार भुवन को लगता कि मैं सिंह होक आकाश में उड़ रहा हूँ। सिंह और आकाश में उड़े ऐसा क्यों ? उसने गुरुदेव से पूछा तो गुरुदेव बताया : ''हाँ, भुवन ! तू कभी पक्षी बना होगा औ कभी सिंह बना होगा। ये दो प्रकार के संस्कार इक हो गये इसलिए ऐसा दिखता होगा। भुवन ! तेरे सा

संस्कार धुल रहे हैं । तेरे सोऽहं स्वभाव पर जो संस्कारों की परतें चढ़ी हैं वे हट रही हैं ।''

भुवन को अब ध्यान में खूब रस आने लगा । गुरुदेव उससे कहते कि मजा आये या न आये लेकिन साधना जरूर करना । नहीं तो मन धोखा देगा, अपने अनुसार नचायेगा और साधना नहीं करने देगा । 'मुझे इतनी देर तक अंतर में जप करते हुए ध्यान में बैठना ही है ।' ऐसा दृढ़ निश्चय करके साधना में बैठना चाहिए ।

वह कौन-सा उकदा जो हो नहीं सकता ?
तेरा जी न चाहे तो हो नहीं सकता ।
एक छोटा-सा कीड़ा पत्थर में घर करे ।
इंसान क्या दिले-दिलबर में घर न करे ?

भुवन का मन समझ गया कि यह कोई जैसा-तैसा युवक नहीं है । आज तक तो मैं उसे नचाता था परंतु अब मुझे सीधा होना पड़ेगा । यह मुझसे बलवान बन गया है ।

मनः एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्षयोः ।

भुवन को उसके गुरुदेव कहते कि जो काम जिस समय करना हो उसी समय कर लेना चाहिए । ध्यान के समय 'मुझे यह करना है... वह करना है...' ऐसे विचार न करना । ध्यान के समय मात्र ध्यान, अध्ययन के समय मात्र अध्ययन ।

भुवन ध्यान में बैठे तो कभी-कभी उसके मन में हो कि 'भूख लगी है, थोड़ा खाना चाहिए ।' वह अपने मन को समझाये कि 'खाना है ? नहीं, अभी नहीं । अभी तो ध्यान करना है ।' थोड़ी देर के बाद रीछ की आवाज आये तो मन कहे कि 'कहाँसे आवाज आयी ?' भुवन फिर अपने मन को समझाये कि 'चाहे जहाँसे आवाज आये किन्तु तुझे क्या है ? तू चुपचाप बैठा रह । ध्यान कर ।'

भुवन ने अपने मन को बराबर फटकारा जिससे मन को पता चल गया कि अब मुझे ध्यान करना ही पड़ेगा । भुवन को ध्यान में और ज्यादा रस आने लगा । जैसे-जैसे मन को ध्यान का रस आने लगा वैसे-वैसे मन दृढ़ होता गया । भुवन के मन की शक्ति बढ़ती गयी । फिर चाहे कितनी भी आवाज हो परंतु उसका मन ध्यानमग्न ही रहता, विचलित न होता ।

थोड़े ही दिनों में भुवन को ऋद्धि-सिद्धियाँ प्राप्त हुई और संकल्पसामर्थ्य सिद्ध हुआ ।

परंतु भुवन उनमें भी न फँसा क्योंकि गुरुजी ने कहा था : ''ऋद्धि-सिद्धियाँ आकर तुझे फँसाने की चेष्टा करेंगी किन्तु तू उनमें फँसना मत । तू जो चाहेगा वह होने लगेगा परंतु तू इच्छा मत करना । भगवान को प्राप्त करके ही रहना । नहीं तो बीच में ही अटक जायेगा ।''

थोड़े दिनों में ही भुवन की आंतरिक शक्तियाँ खिलने लगीं । मन एकाग्र होता है तो शक्तियाँ खिलती हैं । भुवन जब जंगल में घूमने जाता और कोई उसको प्रणाम करता तो वह सामनेवाले के मन की बात जान लेता, उसकी समस्या जान लेता । फिर उससे कहता कि 'तुम इसलिए आये हो, वहाँसे आये हो ।' लोग कहते :

''स्वामीजी ! स्वामीजी ! आप तो भगवान हैं ।''

भुवन ने सोचा कि मुझे अभी भगवान के दर्शन तो हुए नहीं हैं मात्र ऋद्धि-सिद्धियाँ ही मिली हैं । इसीलिए दूसरे के मन की बात जान लेता हूँ कि कहाँसे आया है ? लेकिन लोगों से ऐसी ऋद्धि-सिद्धि की बात करूँगा तो वे मेरे पीछे पड़ जायेंगे । भुवन ने गुरुदेव से बात की ।

गुरुदेव ने कहा : ''भुवन ! अभी इस खजाने को गुप्त रख । जब घड़ा भर जाय तब छलकने लगता है । अभी अपना घड़ा भरने दे, उसे हरि-रस से पूर्ण होने दे । अभीसे उसे खर्च मत कर ।''

यह सुनकर भुवन शांत रहने लगा । ७ माह बीत गये । एक दिन भुवन को दिव्य प्रकाश दिखा ।

गुरुदेव ने कहा : ''अब तू अपने-आपसे पूछ कि प्रकाश देखने वाला मैं कौन हूँ ?''

गुरुदेव ने उसे आत्मज्ञान का उपदेश दिया, अपनी कृपावृष्टि की । सौभाग्यशाली घड़ियाँ आयीं और जन्म-जन्मांतरों की भटकान मिट गयी । जिस तत्त्व की खोज में घर से निकला था उस तत्त्व की खोज पूर्ण हुई । मानों, नमक की पुतली सागर की थाह नापने गयी और सागर में जाते ही वह घुलकर सागरमय हो गयी । ऐसी ही स्थिति भाग्यवान भुवन की हो गयी । हो गया आत्म-साक्षात्कार...

भुवन पर गुरुकृपा हुई और भुवन त्रिभुवनजयी हो गया। 'जिन महाराजजी ने मुझे प्रारंभ में मार्गदर्शन दिया, प्रभु का मार्ग दिखाया उनके दर्शन करूँ।' यह सोचकर भुवन गुरुदेव से आज्ञा लेकर चलते-चलते सूरत पहुँचा। वहाँ पहुँचकर सबसे पहले माधवदासजी महाराज से मिला।

भुवन उनके चरणों में गिर पड़ा। माधवदासजी उसे देखते ही बोल पड़े : ''अरे भुवन ! तू तो त्रिभुवनपति सच्चिदानंद में सजाग होकर आया है। धन्य है भुवन ! धन्य है ! संत भी तेरी कथा कहा करेंगे। तू अमर हो गया, बेटा !''

माधवदासजी से आशीर्वाद लेकर भुवन अपने पिता के घर गया। पिता से कहा : ''पिताजी ! आपने तो मुझे पैसे लेने के लिए महापुरुष के पास भेजा था परंतु उनके यहाँ दीये के प्रकाश में मैंने पढ़ा :

गाफिल अजु सोचत नहीं बिरथा जनम बिताय।
तेल घटा बाती बुझी अंत बहुत पछताय ॥

माधवदासजी महाराज का मार्गदर्शन पाकर मैं तो ईश्वरप्राप्ति के लिए निकल पड़ा और समर्थ सद्गुरु को पाकर धन्य हो गया। मेरे जीवन का लक्ष्य सिद्ध हो गया।''

पिता भी भुवन पर खूब प्रसन्न हुए तथा उन्होंने माधवदास महाराज के पास जाकर माफी माँगी। ग्रामवासियों ने भुवन की शोभायात्रा निकाली।

महाराज के यहाँ हिसाब करने गया हुआ भुवन केवल दो पंक्तियाँ पढ़कर, महाराज से उसका अर्थ श्रवण कर साधना के मार्ग पर अग्रसर हो गया। उनके आदेशानुसार साधना करके मानवजीवन के महान लक्ष्य आत्म-साक्षात्कार को उपलब्ध हो गया। केवल दो पंक्तियों ने उसका जीवन बदल दिया !

हमें भी संतों के वचन छू जायें और साधना के मार्ग पर चलकर आत्म-साक्षात्कार के लक्ष्य को सिद्ध कर लें तो कितना अच्छा ! जरूरत है तो केवल विवेक की, साध्यतत्त्व को पाने की लगन की और सत्पुरुषों के सत्संग-सान्निध्य की...

आपको यह कथा मिली कि रास्ता मिला ? अगर रास्ता मिला तो कब चलोगे ? और कथा मिली तो कैसे फायदा उठाओगे ?

परित्राणाय साधूनां...

✲ संत श्री आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचन से

भगवान श्रीकृष्ण ने गीता में कहा है :

परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम्
धर्मसंस्थापनार्थाय संभवामि युगे युगे

सिंध स्थित हिन्दुओं को जबरदस्ती मुसलमान ब... हेतु वहाँ के नवाब मरखशाह ने फरमान जारी किया। उ... जवाब देने के लिए हिन्दुओं ने आठ दिन की मोहलत माँ... अपने धर्म की रक्षा हेतु हिन्दुओं ने सृष्टिकर्त्ता भगवान... शरण ग्रहण की तथा **कार्यं साधयामि वा देहं पातया...** अर्थात् 'या तो अपना कार्य सिद्ध करेंगे अथवा मर जा... के निश्चय के साथ हिन्दुओं का अपार जनसमूह साग... पर उमड़ पड़ा। सब तीन दिन तक भूख-प्यास सह... प्रार्थना करते रहे तब अथाह सागर में से प्रकाशपुंज... हुआ। उस प्रकाशपुंज में निराकार परमात्मा अपना सा... रूप प्रगट करते हुए बोले : ''हिन्दू भक्तजनो ! तुम सभी... अपने घर लौट जाओ। तुम्हारा संकट दूर हो इसके लि... शीघ्र ही नसरपुर में अवतरित हो रहा हूँ। फिर मैं सभीक... की सच्ची राह दिखाऊँगा।''

सप्ताहभर के अंदर ही संवत् १११७ के चैत्र शुक्ल... की द्वितीया को नसरपुर में ठक्कर रत्नराय के यहाँ... देवकी के गर्भ से भगवान झूलेलाल ने अवतार लिया... हिन्दू जनता को दुष्ट मरख के आतंक से मुक्त किया।... भगवान झूलेलाल का अवतरण दिवस 'चेटीचंड' के... मनाया जाता है।

भगवान झूलेलाल का अवतार अर्थात् उ... देनेवाला अवतार... प्रेरणा देनेवाला अवतार... दुष्ट प्... के मरख जैसे धर्मांधों के साथ लोहा लेने की प्रेरणा देने... अवतार... अपने हक हेतु बुलंद आवाज उठाने की... देनेवाला अवतार... अपने हृदय में छुपी हुई परमात्... शक्तियों को जगाने की प्रेरणा देनेवाला अवतार... स... संगठित होकर एक-दूसरे के लिए मददगार होने की... देनेवाला अवतार है ! *आयोलाल सब ही कहो जय झूले...*

पौष्टिक फल : फालसा

फालसा पाचन में हलका, स्निग्ध, मधुर, अम्ल और तिक्त है। कच्चे फल का विपाक खट्टा तथा पके फल का विपाक मधुर होता है।

पके फालसे शीतवीर्य, वात-पित्तशामक, स्वादिष्ट, रुचिकर, तृषा-शामक, उलटी मिटानेवाले, हृदय के लिए खूब हितकारी हैं। फालसा रक्तपित्तनाशक, वातशामक, पेट तथा यकृत के लिए शक्तिदायक, वीर्यवर्धक, दाहनाशक, सूजन मिटानेवाला, पौष्टिक, कामोद्दीपक, पित्त का ज्वर मिटानेवाला, हिचकी और श्वास की तकलीफ, वीर्य की कमजोरी व क्षय जैसे रोगों में लाभकर्त्ता है। फालसा रक्तविकार को दूर करके रक्त की वृद्धि भी करता है।

आधुनिक विज्ञान की दृष्टि से फालसा में विटामिन 'सी' और केरोटीन तत्त्व भरपूर मात्रा में हैं। गर्मी के दिनों में फालसा एक उत्तम पौष्टिक फल है। फालसा शरीर को निरोगी तथा हृष्ट-पुष्ट बनाता है। इसका शर्बत उत्तम 'हार्टटॉनिक' है।

फालसा के फल के अंदर बीज होता है। फालसे को बीज के साथ भी खा सकते हैं।

शरीर के किसी भी मार्ग के द्वारा होनेवाले रक्तस्राव की तकलीफ में पके फालसे के रस का शर्बत बनाकर पीना लाभकर्त्ता है। यह शर्बत स्वादिष्ट और रुचिकर होता है। गर्मियों के दिनों में शरीर में होनेवाले दाह, जलन, पेट और दिमाग जैसे महत्त्वपूर्ण अंगों की कमजोरी आदि फालसा के सेवन से दूर होती है। फालसा का मुरब्बा भी बनाया जाता है।

पेट का शूल : सिकी हुई ३ ग्राम अजवाइन में फालसा का रस २५ से ३० ग्राम डालकर थोड़ा-सा गर्म कर पीने से पेट का शूल मिटता है।

पित्तविकार : गर्मी के दोष, नेत्रदाह, मूत्रदाह, छाती या पेट में दाह, खट्टी डकार आदि की तकलीफ में फालसा के रस का शर्बत बनाकर पीना तथा अन्य सब खुराक बन्द कर केवल सात्त्विक खुराक लेने से पित्तविकार मिटते हैं और अधिक तृषा में भी राहत होती है।

हृदय की कमजोरी : फालसा का रस, नींबू का रस, सेंधा नमक, कालीमिर्च योग्य प्रमाण में लेकर उसमें मिश्री या शक्कर मिलाकर पीने से हृदय की कमजोरी में लाभ होता है।

पेट की कमजोरी : पके फालसे के रस में गुलाबजल तथा शक्कर मिलाकर रोज पीने से पेट की कमजोरी दूर होती है और उलटी, उदरशूल, उबकाई आना आदि तकलीफें दूर होती हैं व रक्तदोष भी मिटता है।

दिमाग की कमजोरी : कुछ दिनों तक नाश्ता के स्थान पर फालसा का रस उपयुक्त मात्रा में पीने से दिमाग की कमजोरी तथा सुस्ती दूर होती है, फुर्ती और शक्ति प्राप्त होती है।

मूढ़ या मृत गर्भ में : कई बार गर्भवती महिलाओं के गर्भाशय में स्थित गर्भ मूढ़ या मृत हो जाता है। ऐसी अवस्था में गर्भ को जल्दी निकालना तथा माता का प्राण बचाना आवश्यक होता है। ऐसी परिस्थिति में अन्य कोई उपाय न हो तो फालसा के मूल को पानी में घिसकर उसका लेप गर्भवती महिला की नाभि के नीचे पेडू, योनि और कमर पर करने से गर्भ जल्दी बाहर आ जायेगा।

श्वास, हिचकी, कफ : कफदोष से होनेवाले श्वास, सर्दी तथा हिचकी में फालसा का रस थोड़ा गर्म करके उसमें थोड़ा अदरक का रस और सेंधा नमक डालकर पीने से कफ बाहर निकल जाता है तथा वायु का अनुलोमन होने से सर्दी, श्वास की तकलीफ और हिचकी मिट जाती है।

मूत्रदाह : पके फालसे २५ ग्राम, आँवले का

चूर्ण ५ ग्राम, काली द्राक्ष १० ग्राम, खजूर १० ग्राम, चंदन का चूर्ण ५० ग्राम, सौंफ का चूर्ण १० ग्राम लें। प्रथम आँवला तथा सौंफ को कूटकर चूर्ण बना लें। फिर खजूर, द्राक्ष और फालसा को आधा कूट लें। रात्रि में चंदन के चूर्ण के साथ इन सबको पानी में भीगो दें। सुबह उसमें २० ग्राम शक्कर डालकर अच्छी तरह से मिश्रित करके छान लें। उसके दो भाग करके सुबह-शाम दो बार पीयें। खाने में दूध, घी, रोटी, मक्खन, फल और शक्कर की चीजें लें। तमाम गर्म खुराक खाना बंद कर दें। इस प्रयोग से मूत्र की, गुदा की, आँख की, योनि की या अन्य किसी भी प्रकार की जलन मिटती है। महिलाओं को रक्त गिरना, अति मासिकस्राव होना तथा पुरुषों का प्रमेह आदि मिटता है। दिमाग की अनावश्यक गर्मी दूर होती है।

*

गर्मियों में हितकारक : गुलकन्द

गर्मी के दिनों में शारीरिक गर्मी बढ़ने से दाह, जलन, पित्तदोष आदि विकारों का सामना करना पड़ता है। अतः, पहले से ही शरीर को ठंडक पहुँचानेवाले पित्तशामक पदार्थों का सेवन शुरू करना हितकारी है। ऐसे पदार्थों में एक प्रमुख पदार्थ है 'गुलकंद'।

बाजार में मिलनेवाले अधिकांश गुलकंद में गुलाब, चासनी और एसेन्स का ही समावेश होता है। इससे इसके फायदे सीमित हो जाते हैं। प्रवाल पिष्टी, जावन्त्री, सौंफ और इलायची से युक्त गुलकंद बाजारू गुलकंद से अधिक गुणकारी व प्रभावशाली होता है।

लाभ : प्रवाल आदि सामग्री से युक्त गुलकंद में गुलकंद के गुणों के साथ-साथ इन पदार्थों के लाभकारी गुणधर्मों का भी पूर्ण रूप से समावेश रहता है। इससे यह दाह, पित्तदोष, रक्तपित्त, ब्लड प्रेशर, कब्ज, प्यास की अधिकता, आन्तरिक गर्मी बढ़ना, जलन आदि विकारों को नष्ट करता है। यह मस्तिष्क को ठंडक तथा शांति पहुँचाता है। इसका सेवन स्त्रियों के गर्भाशय की गरमी का शमन करता है और मासिक धर्म में अधिक रक्त जाना (अत्यार्तव) आ[illegible] गर्भाशयिक दोषों को भी नष्ट करता है। हाथ-[illegible] और तलवों में जलन रहना, आँखों में जलन होन[illegible] गर्मी के प्रभाव से आँखें लाल हो जाना, गर्मी के कार[illegible] त्वचा का रंग काला पड़ जाना, शरीर में छोटी-छोट[illegible] दानेदार पिटिकाएँ होना, पसीना अधिक आना, आँख[illegible] से गरम पानी निकलना, पेशाब गरम, लाल और जल[illegible] के साथ होना, खाज-खुजली होना आदि विकारों [illegible] इसका सेवन अत्यंत लाभकारी है। गर्मी के दिनों [illegible] सुबह के समय इसका नित्य सेवन गर्मी से होनेवा[illegible] दुष्प्रभावों से शरीर की रक्षा करता है और शारीरि[illegible] गर्मी का उद्रेक होने का भय नहीं रहता।

पूज्य बापूजी के एकांत आश्रमों में गुलाब [illegible] बगीचे हैं। इनसे विधिवत् गुलकंद बनाया जाता है[illegible] गुलाब के फूलों को व्यवस्थित धोकर, उसकी पत्ति[illegible] को मसलकर उसमें उचित मात्रा में चीनी मिला[illegible] जाती है। इसे बर्तन में रखकर ऊपर कपड़ा बाँ[illegible] दिया जाता है और ६० दिनों तक धूप में रखा जा[illegible] है। इस प्रकार सूर्य-किरणों से पुष्ट प्राकृतिक गुलकं[illegible] बन जाता है। फिर उसमें प्रवालपिष्टी, जावन्त्री औ[illegible] इलायची मिलायी जाती है जो कि क्रमशः तीन हज[illegible] रुपये, एक हजार रुपये, सात सौ रुपये प्रति कि[illegible] मिलती है। ऐसी कीमती वस्तुएँ मिलाकर प्राकृति[illegible] गुलकंद बनाना पैसों की कमाई का उद्देश्य रखनेवा[illegible] फैक्टरीवालों के बस की बात नहीं है। आश्रम द्वा[illegible] बनाया गुलकंद केवल साधकों के लिए है, आम बि[illegible] हेतु नहीं। आप अपने घर में उपरोक्त विधि [illegible] गुलकंद बनायें अथवा आश्रम द्वारा बनाये गुलकंद [illegible] लाभ लें।

प्राप्ति-स्थान : संत श्री आसारामजी आश्र[illegible] अमदावाद तथा अन्य आश्रम व आश्रम की से[illegible] समितियाँ।

*

बलवर्धक आम

पके आम से सातों धातुओं की वृद्धि होने [illegible] शरीर का स्वास्थ्य सुधरता है। पका आम दुर्ब[illegible] कृश लोगों को पुष्ट बनाने हेतु सर्वोत्तम औष[illegible]

और खाद्य फल है ।

पका आम चूसकर खाना आँख के लिए हितकर है, वीर्य की शुद्धि तथा वृद्धि करता है । शुक्रप्रमेह आदि विकारों और वातादि दोषों के कारण जिनको संतानोत्पत्ति न होती हो उनके लिए पका आम लाभकारक है ।

इसके सेवन से शुक्राल्पताजन्य नपुंसकता, दिमाग की कमजोरी आदि रोग दूर होते हैं । यह हृदय के लिए एक नम्बर का 'टॉनिक' है और शरीर में छुपे हुए विष को निकालता है ।

जिस आम का छिलका पतला, गुठली छोटी हो, रेशा न हो और जिसमें गर्भदल अधिक हो ऐसा आम मांसधातु के लिए उत्तम पोषक बनता है ।

शहद के साथ पके आम के सेवन से क्षय, प्लीहा, वायु और कफदोष दूर होता है । आम के रस में घी और सोंठ डालकर सेवन करने से वह जठराग्निदीपक, बलवर्धक तथा वायु व पित्तदोष का नाशकर्त्ता बनता है । वायु रोग हो अथवा पाचनतंत्र दुर्बल हो तो आम के रस में अदरक मिलाना हितकारी है ।

यदि एक वक्त के आहार में सुबह या शाम केवल आम चूसकर जरा-सा अदरक लें और डेढ़-दो घंटे बाद दूध पीयें तो ४० दिन में शरीर में बहुत बल-वर्ण बढ़ता है और शरीर पुष्ट व सुडौल हो जाता है। आम और दूध एक साथ खाना आयुर्वेद की दृष्टि से विरुद्ध आहार है। इससे आगे चलकर चमड़ी के रोग होते हैं। दुर्बल-पतले बच्चों, वृद्धों व कमजोरों के लिए आम धातुवर्धक तथा पौष्टिक है ।

[धन्वंतरि आरोग्य केन्द्र, संत श्री आसारामजी आश्रम, साबरमती, अमदावाद ।]

अपने पुरुषार्थ के बिना परम पद की प्राप्ति नहीं होती । जैसे कोई अमृत के निकट बैठा हो तो पान किये बिना अमर नहीं होता, वैसे ही अमृत के भी अमृत अन्तर्यामी के पास बैठकर भी यदि विवेक-वैराग्य जगाकर इस आत्मरस का पान नहीं करते तब तक अमर आनन्द की प्राप्ति नहीं होती ।

(आश्रम की पुस्तक 'पुरुषार्थ परमदेव' से)

युवानों को सीख...

पूज्य बापूजी और उनके महान कार्य '**युवाधन सुरक्षा अभियान**' को बालक का कोटि-कोटि प्रणाम...

पूज्य बापूजी ! आपने ब्रह्मचर्य-पालन जैसे दुःसाध्य कार्य को अपने महान ग्रंथ '**युवाधन सुरक्षा**' के माध्यम से इतना सरल तथा सुगम बना दिया है कि शब्दों में इसकी प्रशंसा कर पाना मुझ तुच्छ बालक के लिए कठिन ही नहीं, अपितु असंभव है ।

आपका यह बालक उड़ीसा प्रांत का रहनेवाला है, जहाँ ५०% से भी ज्यादा युवा पीढ़ी ऐसी है जो हिंदी पढ़ने और समझने में असमर्थ है। अतः, पूज्य बापू के श्रीचरणों में नतमस्तक होकर निवेदन करना चाहता हूँ कि केवल उड़िया ही नहीं, अपितु राष्ट्र के सभी प्रांतों की सभी भाषाओं में इस महान ग्रंथ का अनुवाद करवाकर अधिक-से-अधिक युवाओं का मार्गदर्शन करने की कृपा करें ।

- जीतू अग्रवाल, मारवाड़ी युवा मंच,
राउरकेला शाखा (उड़ीसा).

सेवाधारियों एवं सदस्यों के लिए विशेष सूचना

(१) कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नगद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजा करें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी । अतः अपनी राशि मनीऑर्डर या ड्राफ्ट द्वारा ही भेजने की कृपा करें ।

(२) 'ऋषि प्रसाद' के नये सदस्यों को सूचित किया जाता है कि आपकी सदस्यता की शुरूआत पत्रिका की उपलब्धता के अनुसार कार्यालय द्वारा निर्धारित की जायेगी ।

जो हजारों मील दूर से सुनते हैं प्रार्थना...

अमेरिका सरकार के आमंत्रण पर एक अंतर्राष्ट्रीय सभा में मुझे कनाडा का प्रतिनिधित्व 'हेल्थ एवं सेफ्टी ऍक्सपर्ट' के रूप में करना पड़ा। यह सभा सियाटल शहर में थी।

मैं जिस होटल में ठहरा था, सभा उसी होटल में होनी थी। सुबह ८.०० बजे सभा प्रारंभ हुई तथा ठीक १०.०० बजे मुझे बड़ी बेचैनी और थकावट महसूस होने लगी। मैं उपस्थित लोगों से क्षमा माँगकर अपने कमरे में आराम करने के लिए आ गया।

कमरे में आते ही मैंने देखा कि सफाई करनेवाली एक महिला मेरा इंतजार कर रही है। मैंने सोचा कि वह 'टिप' की प्रतीक्षा कर रही है। मैंने उसे दो डॉलर देने चाहे लेकिन उसने लेने से इंकार कर दिया और गुजराती भाषा में कुछ बोलते हुए मेरे टेबल पर रखी कैसेट की ओर इशारा किया।

मैं २० वर्षों से टोरंटो में एक आध्यात्मिक रेडियो कार्यक्रम का संचालन करता हूँ। अतः मेरे पास संत-महात्माओं के प्रवचनों की कैसेटें होती ही हैं। मैं जब भी किसी लंबे सफर में जाता हूँ तो पूज्य संत श्री आसारामजी बापू की २-३ कैसेट साथ में रखता हूँ ताकि यात्रा सहज और सुखद हो।

मेरी टेबल पर जो कैसेट रखी थी, उसका नाम था - **मृत्यु से अमरता की ओर**। उसके 'कॅवर' पर बापूजी का रंगीन चित्र भी था। वह महिला उसी कैसेट की ओर इशारा कर रही थी और मुझसे प्रार्थना कर रही थी कि मैं उसे वह कैसेट दे दूँ तो वह जीवनभर मेरी आभारी रहेगी। मैंने उसे वह कैसेट दे दी।

कैसेट पाकर उसकी आँखों से आँसू की अविरल धारा बह चली। उसने मेरे चरण छूते हुए टूटी-फूटी हिन्दी में कहा : ''यह एक चमत्कार है क्योंकि इन कमरों की सफाई एक अन्य महि[ला] करती है। उसके बीमार होने की वजह से मैं आयी [हूँ।] कमरा साफ करते हुए जब मेरी नजर इस कैसेट [पर] पड़ी तो मैं सब काम छोड़कर यहीं बैठकर प्रार्थ[ना] करने लगी कि कमरे का ग्राहक शीघ्र आये ताकि [मैं] यह कैसेट माँग सकूँ।'' इसे संयोग कहें या पूज[्य] बापू की प्रेरणा कि मुझे ठीक १०.०० बजे बेचै[नी] महसूस हुई और मैं कमरे में पहुँचा।

धन्य हैं पूज्य बापू! जो अपने भक्तों की इच्[छा] की पूर्ति हजारों मील दूर रहकर भी कर देते हैं।

- ज्ञान राजह[ंस]

भजनावलि रेडियो प्रोग्राम, टोरंटो, कनाड[ा]

*

आयुर्वैदिक दवा का चमत्का[र]

मेरे दो वर्षीय बालक को बुखार आने पर डॉक्ट[र] के कहने से ऑक्सीजन पर रखा गया। काफी प्रया[स] के बावजूद भी उसका ज्वर न उतरा। डॉक्टर [ने] कह दिया कि यह अब जीवित नहीं रह सकता। इंदौर ले जाकर बालक को तुरंत वहाँ के शि[शु] विशेषज्ञ के द्वारा I.C.U. विभाग में भर्ती करा[या] गया। किन्तु वहाँ भी सारी जाँच-पड़ताल करने त[था] खून चढ़ाने के बावजूद भी ज्वर में कोई फर्क न प[ड़ा] और बालक मरणासन्न स्थिति में पहुँच गया।

अचानक बस स्टैण्ड पर पूज्यश्री के साध[क] से भेंट हुई। उनसे वैद्यराज का पता पाकर बाल[क] को ३५० कि.मी. दूर आगरा (उ.प्र.) शीघ्र ही [ले] गया। तब उसे १०३ डिग्री बुखार था तथा झट[के] आ रहे थे। वहाँ वैद्यराज ने जाँच करके बच्चे [को] उस दिन उपवास करवाकर दवा दी। उस दवा [से] उसी दिन बुखार ९९ डिग्री हो गया और कई दिन के बाद बालक गहरी नींद सोया!

आज हमारा बालक पूर्ण रूप से स्वस्थ है। ऐलोपैथी में आधुनिक साधन तो बहुत हैं लेकि[न] रोग का ठीक से निदान और उपचार तो आयुर्वैदि[क] ढंग से ही संभव है, यह मैंने प्रत्यक्ष देखा। पूज्यश्[री] की कृपा और आयुर्वैदिक भारतीय चिकित्सा पद्धति अद्भुत है। उसे देखकर मैं नतमस्तक हूँ...

- श्री अखिलेश दुबे (वकील), बछरवाल, खातेगाँव, देवास (म.प्र.)

देश के सभी राजनैतिक दलों के नेताओं, हिन्दू, मुस्लिम, सिख, ईसाई आदि सभी धर्म-संप्रदायों के लोग, अमीर-गरीब, बच्चे-बूढ़े तथा हर उम्र के, हर श्रेणी के लोग सबको एक ही पंडाल में एक साथ बैठे देखना हो तो चलिये बापूजी के सत्संग में ! यहाँ आपको मिलेगी अनेकता में एकता, द्वैत में अद्वैत देखने की कला जो आपके सभी कष्टों-दुःखों की एकमात्र औषधि है।

मालेगाँव (महा.) : बापूजी के दर्शन-सत्संग हेतु मालेगाँव के हिन्दू-मुस्लिम भक्त वर्षों से तरस रहे थे। उन्होंने आखिर अपनी श्रद्धामय प्रार्थनाओं से, धर्म-संप्रदायों से परे समदृष्टि रखनेवाले इन लोकलाडिले संत को रिझा ही लिया। २२ से २४ मार्च त्रिदिवसीय सत्संग-वर्षा का पान कर सभीने धन्यता, सुख-शांति का अनुभव किया। बापूजी की अमृतमय वाणी का एक वैशिष्ट्य यह भी है कि उसका उद्देश्य केवल एक ही धर्म के हित का नहीं, अपितु मानवमात्र के हित का है। इसलिए लोकसंत की संज्ञा पूज्य बापूजी के लिए सार्थक हो जाती है।

बापूजी ने कहा : **''जीवन को प्रेरित करनेवाली सबसे पहली चीज है श्रद्धा। श्रद्धा और विश्वास की महिमा का मूल्यांकन करना संभव नहीं है। 'तू तो एक नंबर का गधा है अथवा तू तो बंदरी जैसी है' ऐसे झूठे शब्द जिस प्रकार अशांति पैदा करते हैं, दुःख देते हैं, वैसे ही भगवन्नाम से, मंत्रजप से, श्रद्धा और विश्वास से अशांति शांति में बदल जाती है, निराशा आशा में बदल जाती है, लोभ संतोष में बदल जाता है, तनाव शांत हो जाता है। जब हम नश्वर, छोटी वस्तुओं में श्रद्धा करते हैं तो जीवन तुच्छ हो जाता है। यदि सुखस्वरूप परमात्मा में, उनमें जगे महापुरुषों में श्रद्धा, विश्वास करते हैं, तो ऊँचे-में-ऊँचा शाश्वत सुख का खजाना पाते हैं।''**

पूना (महा.) में २४ से २६ मार्च त्रिदिवसीय सत्संग-कार्यक्रम सम्पन्न हुआ जिसमें पूना की जनता ने अपने हृदयकमल को हरिरस से सराबोर किया व बाह्य रूप से भी पलाश के फूलों से बने प्राकृतिक रंग से स्नान का लाभ लिया। मानो आंतरबाह्य सात्त्विकता का खजाना उनके लिए खुल गया।

पूज्यश्री ने श्रद्धालुओं को कहा : **''जो केवल मंदिर, मस्जिद, चर्च आदि में ही भगवान को नहीं देखता, साक्षीस्वरूप से, सोऽहंस्वरूप से उसे भजता है, वह भगवान को अत्यंत प्रिय है। जो मंदिर, मस्जिद में नहीं जाते उनकी अपेक्षा वहाँ जानेवाले श्रेष्ठ हैं, किन्तु उनकी अपेक्षा हृदयमंदिर में पहुँचनेवाले साधक प्रभु को अत्यंत प्रिय हैं। जिसको हृदयमंदिर में पहुँचानेवाले कोई महापुरुष मिल जाते हैं, उसका बाहर के मंदिर में जाना सार्थक हो जाता है।''**

सूरत आश्रम, होली शिविर, २८ से ३१ मार्च : शास्त्रों की बातें निराधार नहीं हैं। उनके पीछे दूरदृष्टा ऋषियों की अपने अंतरात्मा में गोता मारकर खोज करने की गहन दृष्टि है। कूदने-फाँदने का यह त्यौहार 'होलिकोत्सव' भी स्वास्थ्य पर विशेष प्रभाव डालता है। इन कारुण्यहृदय संत ने 'होलिकोत्सव' के नाम पर अपने-आपसे अन्याय करनेवालों को नयी दिशा देते हुए कहा : **''इस पवित्र स्वास्थ्यवर्धक उत्सव को मनचले लोग विकृत ढंग से मनाने लगे थे और उसीके पीछे समाज घसीटा जा रहा था। रासायनिक रंगों से तथा सूर्य की तेज किरणों से सप्तधातु, सप्तरंगों का संतुलन विकृत हो जाता है। मानसिक खिन्नता, त्वचा तथा नेत्र के रोग आदि होते हैं। स्वभाव में चिड़चिड़ापन आ जाता है। इनसे बचने हेतु प्राचीन काल में पलाश के फूलों से बने रंग से होली खेली जाती थी। पलाश के फूलों में सप्तधातु, सप्तरंगों को संतुलित करने के गुण पाये गये हैं। प्राचीन काल में गुरुकुलों में विद्याध्ययन करने आनेवाले विद्यार्थियों को पलाश का दण्ड दिया जाता था। वे बूढ़े तो नहीं थे, फिर पलाश का दण्ड क्यों दिया जाता था? क्योंकि पलाश के दण्ड से मानसिक संतुलन होता है। पलाश का यही गुणधर्म पलाश के फूलों के रंग से पाने का, हरि कीर्तन द्वारा हरिमय वातावरण में उल्लास मनाने का उत्सव है 'होलिकोत्सव' ! इस प्रकार वैदिक ढंग से मनायी गयी होली स्वास्थ्य की रक्षा करती है। हमारी संस्कृति में होली का त्यौहार अति प्राचीन काल से मनाया जाता है और यह उत्सव केवल भारत में ही नहीं मनाया जाता बल्कि भारतीय संस्कृति की यह अनमोल देन 'होली' विश्व के कई देशों में अलग-अलग नामों से मनायी जाती है।''**

'पहले किया, फिर बताया' यह पूज्य बापूजी के जीवन का एक सर्वविदित वैशिष्ट्य है। रासायनिक रंगों से हानि होती है, पलाश के फूल आदि से बने रंग से लाभ होता है - यह केवल बताया ही नहीं जाता बल्कि यहाँ तो उपर्युक्त प्राकृतिक रंग में अभिमंत्रित गंगाजल

मिलाकर पूज्यश्री के करकमलों से भक्तजनों को रँगे जाने का भाग्यपूर्ण सुअवसर भी मिलता है। साथ में अद्वैत ज्ञान के सुखमय, आनंदमय फुहारों में भी निहाल होने का स्वर्णिम संयोग प्राप्त होता है।

मोलेथा (गुज.) : होली शिविर के बाद पूज्यश्री एकांतसेवन हेतु मोलेथा में नवनिर्मित एकांत कुटिया में पधारे। यहाँ भी पूज्यश्री का सत्संग-सान्निध्य आधा-एक घंटा प्रतिदिन भक्तों को प्राप्त होता रहा। ७ अप्रैल को पूज्यश्री का अमदावाद आश्रम आगमन हुआ।

अमदावाद आश्रम, चेटीचंड शिविर, १२ से १४ अप्रैल : अमदावाद आश्रम कई वर्ष पूज्यश्री की पावन तपस्थली रहा है। यह आश्रम सत्संग, जप, ध्यान, कीर्तन के स्पंदनों से सुस्पंदित है। यहाँ पर आश्रम के पुराने साधकों की भी अच्छी संख्या है। इन्हीं कारणों से पूज्यश्री के सत्संग का अमृत यहाँ कुछ विशेष छलकता है। यहाँ पर आनेवाले सत्संगियों में जिज्ञासु साधक अधिक होते हैं। उन्हें ज्ञान की ऊँचाइयों की सूक्ष्म बातें तथा कुंडलिनी जागरण के अनेकानेक अनुभव, पूज्यश्री के जीवन की प्रेरक घटनाओं का श्रवण - ये सभी सहज में प्राप्त हो जाते हैं। पूज्यश्री ने अपनी ज्ञानभरी वाणी में कहा : **''हीन-से-हीन, पतित-से-पतित, पापमय जीवन भी सत्संग और भगवन्नाम से सन्मार्ग पर अग्रसर होने लगता है। सत्संग से तुम्हारे जैसे श्रद्धालु भक्तों का जीवन उन्नत हो रहा है यह कोई विशेष बात नहीं है। लूटमार करनेवाले, चंबल की घाटियों में रहनेवाले को भी यदि सत्संग और भगवन्नाम प्राप्त होता है तो उसके जीवन में भी अद्भुत बदलाव आ जाता है। इसका प्रत्यक्ष प्रमाण कई साधक देख चुके हैं। इसलिए सत्संगरूपी तारक बूटी का सेवन सभी लोग नित्य करें।''**

विद्यार्थी शिविर, १५ से १७ अप्रैल : नवयुवक, विद्यार्थी हमारे देश के भविष्य हैं। उन्हें देश की उन्नत, सर्वांगपूर्ण संस्कृति से अवगत कराना, उनका शारीरिक, बौद्धिक, चारित्रिक और आत्मिक विकास करना - इन सभी उद्देश्यों को कैसे पूर्ण किया जाय ? इसका सरल उत्तर है बाल मनोविज्ञान के ज्ञाता आत्मनिष्ठ संत पूज्य बापूजी के 'विद्यार्थी तेजस्वी तालीम शिविर'। अमदावाद आश्रम में आयोजित इस शिविर में विद्यार्थियों ने हँसते-खेलते, आनंद-विनोदमय वातावरण में विद्यार्थी जीवन के सर्वांगीण विकास की युक्तियाँ प्राप्त कीं। विद्यार्थियों की सर्वांगीण उन्नति हो इस हेतु सत्संग में आदर्श विद्यार्थी जीवन के सूत्र, प्रेरक प्रसंग, बोधप्रद विनोद, रोचक पहेलियाँ, रसमय सुरीले कीर्तन आदि का समावेश रहता है। प्राणबल, बुद्धिबल और आत्मबल बढ़ान[illegible] विविध प्रयोग, योगासन, स्मृतिवर्धक मंत्र का जप[illegible] उभारनेवाला ध्यान कराये जाते हैं। साथ ही ज्ञान[illegible] प्रश्नोत्तरी तथा 'व्यक्तित्व विकास प्रतियोगिता' [illegible] ज्ञानवृद्धि के भी सुंदर प्रयोग होते हैं।

पूज्यश्री ने विद्यार्थियों को साहस, बल, तत्प[illegible] वीरता, धीरता, निर्णयक्षमता आदि सद्गुण उभारन[illegible] प्रयोग बताये। स्मृतिशक्ति, बौद्धिक बल बढ़ानेवाले प्र[illegible] बताते हुए पूज्यश्री ने कहा : **''प्राचीन गुरुकुल[illegible] सारस्वत्य मंत्रजप, भ्रामरी प्राणायाम, सात्त्विक [illegible] बुद्धि पुष्ट करनेवाला आहार और नियमों का पा[illegible] कराया जाता था। अभी ऐसे गुरुकुलों तथा अनुभव[illegible] आचार्यों के अभाव में यह युग युवापीढ़ी हेतु उत्थान[illegible] नहीं बल्कि घोर पतन का युग बन रहा है। फास्ट [illegible] आईसक्रीम, पॉलीथीन थैलियों का क्रीमरहित [illegible] रोगन (तेल) निकाले हुए निःसत्त्व अमेरिकन बाद[illegible] शीतलपेय आदि स्वास्थ्य हेतु हानिकारक पदार्थ[illegible] बाजार में उन्हें मिल रहे हैं। परंतु २५ ग्राम तुलसी[illegible] रस किसी भी फल के रस में मिलाकर पीने से, पी[illegible] की लकड़ी के गिलास में रखा हुआ पानी पीने से अ[illegible] पीपल की लकड़ी का चूर्ण (बुरादा) पानी में भिगो[illegible] छना पानी पीने से व्यक्ति मेधावी होता है। सूर्य को अ[illegible] देने से भी बुद्धि तेजस्वी होती है व स्वास्थ्यरक्षा ह[illegible] है। इस प्रकार के बुद्धिवर्धक और जीवन विकास[illegible] अन्य प्रयोग उन्हें विद्यालयों में नहीं सिखाये जाते[illegible] 'मैकालियन शिक्षा-पद्धति' की बड़े-में-[illegible] विफलता है। यह शिक्षा-पद्धति बच्चों-युवानों[illegible] विद्या हेतु यत्न करनेवाले विद्यार्थी नहीं, केवल पर[illegible] हेतु उद्यम करनेवाले परीक्षार्थी बना रही है। इ[illegible] गुणसंपन्न मेधावी युवक नहीं अपितु कंपनियों के द[illegible] चक्कर काटनेवाले पराधीन नौकर बनने की शि[illegible] हमारे बच्चों-युवानों को मिल रही है। हमें अब जा[illegible] होना होगा। सनातन सत्शास्त्रों और महापुरुषों[illegible] बताये मार्ग से उन्हें महानता के रास्ते ले जाना हो[illegible] भारत को फिर से दिव्य बनाना होगा।''**

पूज्य बापूजी के आगामी कार्यक्र[illegible]

अमृतसर (पंजाब) : २ से ५ मई २००[illegible] कम्पनी बाग। जन्मोत्सव : २ मई। फोन (०१८५८)६२००१, २७११९९, ३०००२[illegible]

मई माह का पूनम दर्शन : हरिद्वार या देहरादून (संभावित

तापी किनार, उड़े रंगों की बौछार। बापू संग नर-नार, अनहद नाद है पुकार ॥
बाजे ध्रुपद धमार, रंग उड़े धार-धार। बाजे दिल की सितार, हुआ आनंद अपार ॥